А. А. СИНЕЛЬНИКОВА

162 РЕЦЕПТА ЗАГОТОВОК ИЗ МУЛЬТИВАРКИ

- Вкусно, быстро, изысканно
- Сохраняются все полезные вещества
- Без жира, но сытно

Еда, которая лечит

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Благодаря мультиварке в наше время можно законсервировать как можно больше летне-осенних витаминов с минимальными трудозатратами. Заготовки в мультиварках практически не отличаются от традиционных по вкусу. Мультиварку можно использовать и для стерилизации банок и крышек для закрутки, кроме того, это электронное чудо может консервировать, не требуя постоянного присутствия на кухне человека, не отнимая время и силы; ничего не подгорит, не «убежит», не лишится полезных элементов в процессе приготовления; используя мультиварку, можно готовить самые разнообразные, насыщенные витаминами и полезными веществами заготовки.

В данной книге приведены 162 рецепта вкусных и полезных заготовок с нежным вкусом: компоты, из фруктов и ягод, мясных, овощных. Все рецепты заготовок рассчитаны как на мультиварки определенной серии, так и на любую из предлагаемых производителями моделей.

Адресована широкому кругу читателей.

- А. А. Синельникова
  -
  - Введение
  - Рецепты заготовок
    - Рецепты приготовления заготовок из фруктов и ягод
    - Консервированные компоты
    - Мясные заготовки
    - Заготовки из овощей
  - Заключение
- notes
  - 1

А. А. Синельникова
162 рецепта заготовок из мультиварки

«**Ты – то, что ты ешь**» – название популярного британского телешоу (You are what you eat) – стало непреложной истиной. Ни для кого давно не секрет, что наше питание определяет состояние нашего здоровья. Чаще всего мы задумываемся об этом, когда болезнь уже дала о себе знать… Но заняться здоровьем никогда не поздно. И в этом неоценимую помощь окажут наши книги серии «Еда, которая лечит».

НАШИ КНИГИ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ЛУЧШЕ!

В оформлении обложки использовано фото
© Depositphotos.com/doroshin, © Depositphotos.com/erierika, © Depositphotos.com/studioM, © Depositphotos.com/belchonock, © Depositphotos.com/Guzel

Рекомендовано читателям старше 12 лет.

Данная книга не является учебником по медицине. Все рекомендации должны быть согласованы с лечащим врачом.

Введение

Кто не помнит традиционных авралов осенью, когда шла «битва за спасение урожая»: закатки, закрутки на зиму. Времена изменились, и теперь круглый год много разнообразных овощей и фруктов на прилавках магазинов, однако желание видеть в своем зимнем меню собственные соленья-варенья не пропало. Как же совместить бурный ритм сегодняшней жизни, стремление законсервировать как можно больше летне-осенних свежих продуктов и нежелание сопровождающей все заготовки жары и парилки на кухне? Современные технологии позволяют готовить продукты с минимальными трудозатратами благодаря мультиваркам.

Существует большое количество мультиварок от различных производителей. Каждый тип мультиварки имеет собственные режимы готовки, которые подбираются при консервации продуктов. Чаще всего используются режимы, при которых продукты увариваются до необходимой консистенции. При этом они не перевариваются, не пригорают и не прилипают ко дну посуды, как это часто происходит во время готовки на плите в традиционной посуде. Кроме того, весь процесс проходит в условиях отсутствия пара и запахов. Тем, кто хоть раз готовил густые соусы, некоторые виды варенья, известно, как они в процессе варки нередко брызгаются горячими каплями, пачкая плиту. При готовке в мультиварке этого можно избежать, и оставить чистым пространство на кухне: достаточно периодически снимать паровой клапан, и выпускать горячий воздух из чаши.

Для создания заготовок используются режимы: «Тушение», «Варка на пару», «Подогрев», «Варка», «Суп», «Гречка», присутствующие практически в любой мультиварке. При режиме «Томление» продукт готовится медленно и равномерно при

определенной температуре. Очень хорош этот режим для приготовления соусов. Можно вместо томления применить режим «Тушение» – он будет хорошей заменой длительной варке на плите. «Тушение» можно использовать и вместо обжарки. Во многих мультиварках есть режим «Гречка»: обычно он используется для приготовления каши из разных круп, а при создании продуктов длительного хранения благодаря этой программе выпаривается лишняя жидкость, овощи и фрукты увариваются до нужной консистенции. «Варка на пару» и «Подогрев» могут заменять друг друга. Эти режимы обычно применяют на последнем этапе готовки, когда к продукту добавляют уксус, лимонный сок, другие приправы.

И не стоит беспокоиться по поводу качества готового продукта: заготовки в мультиварках практически не отличаются от традиционных по вкусу. Иногда считают, что для производства заготовок не подходит тонкое тефлоновое покрытие чаши мультиварки. Однако все сомнения можно разрешить, если некоторые этапы проводить с применением другой посуды: например, если готовятся обжаренные продукты, то для жарки используется казан или сковорода, а прежде, чем начать варить варенье, фрукты засыпают сахаром и дают постоять, чтобы сахар растворился. Пюрирование тоже можно производить вне чаши, в отдельной посуде. Кроме того, некоторые серии снабжены блендерами с пластиковой насадкой, которая щадит и сохраняет покрытие.

Мультиварки можно использовать и для стерилизации банок и крышек для закрутки. Конечно, в них не поместятся большие банки, но зато можно будет избежать длительной процедуры нагрева воды в баках, жара и пара от кипящей воды. Для стерилизации берут небольшие банки, моют. В емкость мультиварки для варки на пару наливают немного воды, закрывают крышкой, включают режим «Варка на пару». В момент закипания воды крышку открывают, ставят вверх дном подготовленные вымытые банки. Через несколько минут банки вынимают, ставят вверх дном на чистое полотенце и загружают следующую партию банок. При стерилизации пол-литровых банок режим включают на 15 мин, при подготовке литровой посуды – 20 мин.

В этой книге мы предлагаем самые разнообразные рецепты вкусных и полезных заготовок с нежным вкусом, которые можно готовить в мультиварках – как определенной серии, так и в любой из предлагаемых производителями моделей. Надеемся, что вы останетесь довольны результатом.

Рецепты заготовок

Рецепты приготовления заготовок из фруктов и ягод

При готовке варенья в мультиварке учитывают, что максимальная вместимость мультиварочной чаши составляет 6 л, поэтому не получится много варенья за одну варку. Кроме того, вываривание в мультиварке происходит медленнее, это влияет на консистенцию готового варенья, которая может отличаться от варенья, приготовленного на плите. Для того чтобы готовить варенье в мультиварке, используют режимы, позволяющие продукту медленно томиться: «Тушение» или «Суп» – в зависимости от модели прибора.

При варке варенья в мультиварке чашу заполняют не более чем на треть, иначе варенье «убежит». Варенье варят небольшими порциями. Готового варенья должно получиться не более 25 % от объема чаши мультиварки. Во время готовки снимают пену, помешивают варенье. Паровой клапан нужно заранее снять, чтобы быстрее выпаривалась влага. Для того чтобы варенье не «заиграло», стерилизуют банки, либо нужно добавлять больше сахара.

Предлагаем рецепты для приготовления варенья в мультиварках определенных моделей.

Клубничное варенье (мультиварка Polaris с функцией «Мультиповар»). *1 кг клубники, 1,2 кг сахара. Время приготовления: 40 мин.*

Ягоды перебирают, удаляют плодоножки. Кладут клубнику в дуршлаг и промывают, несколько раз опустив в большую емкость с водой и давая стечь всей воде. Затем выкладывают ягоды в чашу мультиварки, засыпают сахаром и ставят в прохладное место на 8–10 ч. На следующий день включают режим «Мультиповар», устанавливают температуру 160 °С, и доводят варенье до кипения, снимая пенку. Варят 30 мин. Горячее варенье переливают в стерилизованные банки, закрывают и ставят на хранение в прохладное темное место.

Персиковое варенье с апельсинами (мультиварка Polaris PMC 0517AD). *Режим «Десерт». 1,5 кг персиков, 6 маленьких апельсинов, 1,3 кг сахара, 100 мл воды. Время приготовления: 1 ч 50 мин.*

Подготовят мультиварку и ингредиенты. Персики ошпаривают крутым кипятком, снимают кожицу. Разрезают

плоды пополам и удаляют косточки. Апельсины очищают от кожуры и косточек. Нарезают фрукты маленькими кусочками. Вливают в мультиварку воду, добавляют сахар и фрукты. Готовят в режиме «Десерт» 1,5 ч. Горячее варенье раскладывают по стерилизованным банкам. Опускают банки с вареньем в кипящую воду на 5 мин, затем герметично закрывают и ставят вверх дном до полного остывания. Хранят в холодильнике.

Сливовый джем (мультиварка Brand 502). *1,5 кг слив, 5 стаканов сахара, 1 стакан воды. Время приготовления: 40 мин.*

Спелые сливы промывают в проточной воде, делают надрез острым ножом вдоль бороздки и достают косточки. Выкладывают подготовленные сливы в чашу мультиварки, добавляют стакан воды и устанавливают режим «Варка на пару» или любой другой, поддерживающий температуру в 100 ˚С и выше. Уже спустя 10 мин варки при открытой крышке сливы станут мягкими, кожица полопается, тогда всыпают нужное количество сахара, перемешивают и устанавливают режим «Выпечка», при этом крышку мультиварки все время держат открытой. Далее варят джем при высокой температуре до готовности, не забывая помешивать его силиконовой лопаткой и при необходимости ложкой снимать пену. Уваривают джем 25–30 мин, до тех пор, пока капля не перестанет растекаться на холодном блюдце. Немного остудив, распределяют готовый джем по стерилизованным банкам и закрывают прокипяченными крышками.

Вишневый соус (мультиварка Redmond– M70). *100 г вишни замороженной, 100 г сахара.*

В термостойкую посуду кладут замороженную вишню. Засыпают сахаром. Перемешивают. В чашу мультиварки наливают воду до нижней отметки. Посуду с вишней ставят в сито для фритюра. Крышку закрывают. Устанавливают программу «Варка на пару», время 10 мин (с момента закипания). После сигнала соус перемешивают, остужают.

Варенье из тыквы (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *1 кг очищенной от корки и семян тыквы, 1 кг сахара, 1 апельсин, 1 ч. ложка лимонной кислоты.*

Очищенную тыкву измельчают любым удобным способом – на терке, в кухонном комбайне, мясорубке. 1 апельсин измельчают вместе с кожурой в блендере. Смешивают измельченную тыкву с апельсином, засыпают сахаром, оставляют на несколько часов, чтобы растворился сахар и тыква пустила сок. Готовят варенье из

тыквы в мультиварке на программе «Тушение» 2 ч. Пару раз перемешивают. Если тыква не очень сочная и в процессе приготовления кажется, что сиропа мало, добавляют немного воды. За 10 мин до окончания готовки добавляют в варенье 1 ч. ложку лимонной кислоты. Разливают варенье по стерилизованным баночкам и закатывают его на зиму.

«Золотое» варенье (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *1 кг крупных абрикосов, 800 г сахара.*

Абрикосы без косточек кладут в чашу мультиварки, засыпают сахаром. Дают постоять 1–2 ч, чтобы абрикосы пустили сок. Готовят в режиме «Выпечка» 1 ч или в режиме «Мультиповар» при 110 ˚С – 50 мин. Затем выкладывают в стерилизованные банки.

Варенье из земляники (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *500 г земляники, 500 г сахара (ягод и сахара можно взять больше, главное – соблюдать пропорцию 1:1).*

Землянику выкладывают в чашу, пересыпают сахаром, закрывают крышку и оставляют на 8–12 ч, лучше на ночь. Утром включают режим «Пароварка» на 10 мин. Варят с закрытой крышкой, в процессе перемешивают. После сигнала нажимают «Выкл». Оставляют варенье под крышкой до полного остывания (на 8–10 ч). Еще раз включают режим «Пароварка» на 10 мин (после сигнала нужно нажать «Выкл»). Выкладывают готовое варенье в чистые банки.

Фруктовое варенье (мультиварка Redmond). *600 г плодов (абрикосы, яблоки, груши, кусочки арбуза или дыни), 300 г (или 200 г) сахара.*

Сначала очищают плоды от косточек (яблоки, груши, персики, абрикосы) или нарезают кусочками (дыню или арбуз). Компоненты кладут в чашу мультиварки, сверху насыпают сахар. Можно для вкуса выжать сок лимона. Включают мультиварку на режим «Выпечка» на 1 ч. Полностью довести процесс до автоматизма не получится, ведь варенье нужно помешивать. Потом раскладывают в стерилизованные банки и убирают в кладовую.

Ягодное варенье (мультиварка Redmond). *1 кг ягод (малина, клубника, смородина и другие), 1 кг сахара.*

Ягоды перебирают, удаляют листочки, веточки и подпортившиеся, после этого промывают. Засыпают в чашу мультиварки ягоды, сверху насыпают сахар. Если хочется, то ягоды смородины можно протереть через сито или мясорубку.

Тогда получится на выходе желе из ягод. Включают режим «Тушение» на 1 ч. Перемешивают варенье пару раз. Можно сразу же разлить по стерилизованным банкам, а можно дать постоять в мультиварке 1 ч при закрытой крышке, тогда оно будет еще более густое.

Нектариновое варенье (мультиварка Redmond). *2,5 кг нектаринов, 1 кг сахара, 2 пакетика желфикс (соотношение желфикса и сахара: 2 пакетика на 1 кг).*

Нектарины промывают и обтирают насухо салфеткой. Разрезают пополам и вынимают косточки. Нарезают дольками и засыпают сахаром. Добавляют желфикс. Размешивают, чтобы дольки нектарина равномерно были обсыпаны сахаром. Перекладывают в чашу мультиварки. Устанавливают режим «Десерты». Варят нектарины 20 мин. В процессе варки несколько раз аккуратно помешивают и снимают пену. Примечание: если в процессе варки при закрытой крышке варение убегает, варят варенье при открытой крышке.

Можно перед приготовлением убрать клапан на крышке мультиварки. Тогда варенье не убежит. Варенье можно варить и в режиме «Тушение».

Абрикосово-лимонное варенье (мультиварка Supra mcs-4501). *600 г спелых абрикосов, 300 г сахара, сок 1/2 лимона.*

Абрикосы промывают, очищают от косточек, кладут в чашу. Засыпают их сахаром, добавляют лимонный сок и ставят режим «Выпечка» на 1 ч, не забывая периодически размешивать. В подготовленные банки, которые заранее стерилизуют в мультиварке, насыпают немного измельченных абрикосовых косточек, разливают варенье, закатывают и покрывают банки тканью, остужают в перевернутом виде.

Клубнично-банановое варенье (мультиварка Panasonic[1]). *0,7 кг крупной зрелой клубники, 2 банана, 0,5 кг сахара, немного воды.*

Укладывают клубнику, нарезанный банан и сахарный песок в мультиварочную чашу и заливают их водой до половины чаши, чтобы варенье не пригорело. Включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Как только варенье будет готово, разливают его по банкам, закупоривают и переворачивают.

Бруснично-лимонное варенье с гвоздикой и медом (мультиварка Panasonic sr tmh18ltw). *2 кг брусники, 1 кг сахара, 2 ст. ложки меда, 1 лимон, несколько звездочек гвоздики.*

Тщательно промывают бруснику и засыпают ее в мультиварочную чашу. Сверху добавляют сладкий мед, размолотый лимон с кожурой, сахарный песок, гвоздичные горошинки. Включают режим «Варка на пару» примерно на 1 ч. Затем можно разливать варенье по банкам.

Абрикосово-персиковое варенье (мультиварка Panasonic sr tmh18ltw). *100 г половинок очищенных от косточек абрикосов, 200 г очищенных от косточек и разделенных на 4 части персиков, 200 г сахара, сок 1 лимона, для жидкого варенья – немного воды.*

Тщательно промывают плоды абрикоса и удаляют все косточки. Половинки плодов абрикоса укладывают в мультиварочную чашу, добавляют сахарный песок и лимонный сок, сверху доливают немного воды до $^1/_2$ объема чаши, чтобы варенье не пригорело. Включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. После окончания заданной программы не вынимают варенье, а включают специальный режим «Варка на пару» примерно на 5 мин (рекомендовано вынимать клапан). Затем раскладывают по банкам и закатывают.

Малиновое желтое варенье (мультиварка Panasonic SR TMB 18). *1 кг желтой малины, 1 кг сахарного песка.*

Тщательно перебирают малину, удаляют веточки, порченые ягоды, листочки. Укладывают ягоды малины в мультиварочную чашу и засыпают сверху сахаром. Закрывают крышку и включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Как только заданная программа оканчивается, разливают малиновое варенье по баночкам.

Варенье из черной и красной смородины, приготовленное (мультиварка Panasonic SR TMB 18). *0,5 кг черной смородины, 0,5 кг красной смородины, 1 кг сахара.*

Тщательно перебирают ягоды, убирают все веточки и листочки. Тщательно промывают ягоды. Кладут в мультиварочную чашу смородину и сверху засыпают сахарным песком. Закрывают крышку, и включают режим «Тушение» примерно на 1 ч. Время приготовления варенья можно потратить на подготовку банок – хорошо промывают их, стерилизуют над паром, а крышки кипятят. После того как заданная на мультиварке программа закончилась, разливают горячее смородиновое варенье по банкам и закручивают крышками.

Варенье из яблок и черной смородины (мультиварка Philips hd 4779 77). *300 г замороженной черной смородины, 300 г яблок,*

400 г сахара, 2 ст. ложки лимонного сока.

Смородину и яблоки промывают, отделяют от плодоножек. Измельчают половину черной смородины и сахар в блендере. В чаше мультиварке соединяют пюрированные ягоды с сахаром и цельные, варят в режиме «Варка» в течение 1–2 мин. У яблок вырезают сердцевину, нарезают на дольки и замачивают в воде с добавлением лимонного сока, чтобы фрукты не потемнели. Когда ягоды немного уварятся, добавляют нарезанные яблоки, перемешивают. Продолжают варить яблоки с черной смородиной в течение 5–7 мин на том же режиме «Варка» с закрытой крышкой мультиварки, периодически помешивая. Варенье полностью разварится и приобретет насыщенный сливовый оттенок. Варенье из черной смородины в мультиварке готово. Его можно сразу же расфасовать в стерилизованные банки на зиму.

Варенье из абрикосов, лимона и миндальных орехов (мультиварка Philips hd 4779 77). *600 г абрикосов, 200 г сахара, 1/2 лимона, горсть очищенных миндальных орехов.*

Предварительно нужно помыть фрукты. Далее засыпают их в мультиварку, добавляют сахар (пропорция 1:3 или 1:2). После этого вливают сок из половинки лимона, миндальные орехи и запускают мультиварку в режиме «Выпечка» на 60 мин. После этого варенье готово. Его раскладывают по стерилизованным банкам, закручивают металлическими крышками. Остужают перевернутыми вверх дном.

Желе малиновое (мультиварка Brand 37501). *1,3 кг свежей мягкой красной малины, 1,5 кг сахара, 1 пакетик желатина.*

Малину промывают, удаляют листочки и плодоножки, засыпают в чашу мультиварки, сверху насыпают сахар, дают постоять, затем включают режим «Тушение» на 20 мин. После сигнала добавляют пакетик желатина, перемешивают, снова выставляют «Тушение» еще на 20 мин.

Затем горячее варенье разливают по стерилизованным банкам, закатывают металлическими крышками, остужают банки в перевернутом состоянии.

Варенье крыжовниковое красное (мультиварка Brand 37501). *1,2 кг перезрелого красного крыжовника, 1 кг сахара.*

Крыжовник моют, очищают от листочков и плодоножек. Всыпают в чашу мультиварки, добавляют сахар, дают постоять, пока не появится сок. Выставляют режим «Тушение» на 30 мин. Затем мультиварку выключают и оставляют варенье на несколько часов, после снова выставляют «Тушение» на 30 мин. Процедуру

повторяют еще два раза, потом раскладывают варенье по стерилизованным банкам, закатывают крышками, переворачивают и оставляют охлаждаться.

Варенье из ревеня (мультиварка Brand 37501). *1 кг стеблей ревеня, 1 кг сахара.*

Стебли ревеня промывают, очищают от верхней кожицы, нарезают на кусочки длиной 1 см, выкладывают в чашу мультиварки, засыпают сахаром, дают постоять 1 ч. Затем выставляют режим «Тушение» на 40 мин. Горячее варенье разливают по стерилизованным банкам, закатывают крышкой и оставляют остывать в перевернутом виде.

Варенье можно варить в разных моделях мультиварки. Предлагаем рецепты, для которых можно использовать базовые программы. Время выбирают в зависимости от модели мультиварки и выбранного режима.

Голубичное варенье. *1 кг голубики, 1 кг сахара.*

Перебирают и промывают голубику, затем дают воде стечь и перекладывают в мультиварочную чашу. Засыпают сахаром и закрывают крышку. Устанавливают режим «Тушение» на 1 ч, а пока готовится варенье в мультиварке, подготавливают банки. Для этого их стерилизуют водяным паром и кипятят крышки. После того как голубичное варенье приготовилось, переливают его в банки и закатывают крышками.

Черничное варенье. *1 кг черники, 1 кг сахара.*

Перебирают, промывают чернику, очищают от листиков и плодоножки, засыпают в чашу мультиварки, добавляют сахар, дают постоять. Выставляют режим «Тушение» на 1 ч. Стерилизуют банки, в них выкладывают готовое варенье, закатывают крышками, остужают в перевернутом виде.

Варенье из моркови с лимоном. *1 кг моркови, 1 кг лимонов, 2 кг сахара.*

Нарезают лимоны кружочками и удаляют зерна. Пропускают морковь и лимоны с кожурой через мясорубку, кладут в чашу мультиварки. Добавляют сахар, хорошо перемешивают и варят 40 мин, периодически помешивая. Готовое варенье раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают металлическими крышками.

Варенье из апельсинов. *1 кг апельсинов, 1 стакан сахара, 250 г воды и немного лимонной кислоты.*

Апельсины очищают от кожуры, нарезают дольками и засыпают сахаром. Оставляют фрукты на 30 мин, затем добавляют в смесь щепотку лимонной кислоты. Выкладывают в мультиварку, заливают водой. На режиме «Паровая варка» варят 20 мин под закрытой крышкой. Потом оставляют варенье в мультиварке до остывания и повторяют процесс еще два раза. Затем раскладывают его по банкам и закатывают.

Банановое варенье. *1 кг бананов, 500 г сахара.*

Сначала очищают бананы от кожуры, а затем натирают не терке или нарезают небольшими кусочками. Перекладывают в мультиварочную чашку, добавляют сахар и $^1/_2$ стакана воды. Закрывают крышку и устанавливают режим «Плов/Гречка» на 30 мин. Готовое варенье раскладывают в заранее подготовленные банки и закатывают крышками.

Варенье из яблок с грецкими орехами. *0,5 кг яблок, 50 мл воды, 100 г сахара, 1 лимон и лавровый лист, 100 г грецких орехов и 1 ст. ложка коньяка.*

Яблоки нарезают на десять частей, предварительно удалив из них сердцевину. Наливают в мультиварку кипяток, кладут сахар, цедру одного лимона, сок лимона, лавровый лист и яблоки. Ставят режим «Варка» на 15 мин. Затем вынимают лавровый лист, добавляют коньяк и орехи. В режиме «Тушение» готовят варенье еще 10 мин. Потом разливают готовый продукт по стерилизованным банкам и закатывают крышками.

Повидло из боярышника и малины. *600 г боярышника, 400 г малины, 350 г сахара, 10 г желфикса, сок лимона и 400 мл воды.*

Боярышник заливают 50 мл воды, варят до кипения, протирают через сито, то же самое делают и с малиной. Пюре из ягод выкладывают в мультиварку, всыпают желфикс, сахар. Доводят до кипения, затем добавляют сахар и лимонный сок, варят 5 мин. Разливают повидло по баночкам и закрывают на зиму.

Варенье из апельсинов и мандаринов. *0,5 кг апельсинов, 0,5 кг мандаринов, 1 стакан сахара, 50 мл воды, 1/4 ч. ложки лимонной кислоты.*

Очищенные от кожуры, косточек и белых пленок апельсины и мандарины нарезают кубиками, засыпают сахаром и оставляют на 30 мин. Перемешивают, выкладывают в чашу мультиварки, добавляют лимонную кислоту и воду, включают режим «Варка на пару» на 20 мин и готовят под закрытой крышкой. После сигнала

об окончании работы режима выключают мультиварку и дают варенью полностью остыть. Затем дважды повторяют процедуру варки с последующим охлаждением, после последней варки раскладывают варенье в горячем виде по стерилизованным банкам.

Вишневый джем. *1 кг вишен, 500 г красной смородины, 1 кг сахара.*

Из вишен удаляют косточки. Смородину перебирают, удаляют веточки. Ягоды измельчают при помощи блендера, перекладывают в чашу мультиварки и засыпают сахаром. Через некоторое время аккуратно перемешивают и включают режим «Тушение» на 1 ч. Крышку закрывают, паровой клапан снимают. В течение этого времени перемешивают джем 1–2 раза. После окончания работы режима перекладывают готовый джем в сухие стерилизованные банки и закатывают.

Джем из черной смородины. *750 г ягод черной смородины (можно заменить часть черной смородины красной), 900 г сахара.*

Очищенные, промытые и обсушенные ягоды разминают в миске деревянной толкушкой и засыпают сахаром. Оставляют на 1 час, несколько раз перемешивают. Затем перекладывают в чашу мультиварки, снимают паровой клапан, закрывают крышку и включают режим «Суп» или «Тушение» на 30–40 мин. Чтобы джем не «выбегал» из чаши, иногда открывают крышку. Готовый джем перекладывают в банки и закатывают.

Яблочное пюре для детского питания. *1,5 кг яблок, 1 банка сгущенного молока, 1/4 мультистакана воды.*

Снимают с яблок кожицу, удаляют сердцевину и нарезают дольками. Складывают яблоки в чашу мультиварки, включают режим «Тушение» на 1 ч. Через 20 мин с начала работы режима пюрируют яблоки при помощи блендера, добавляют в чашу сгущенку и хорошо перемешивают. Готовят под крышкой до окончания работы режима. Горячее пюре перекладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Смородиновое варенье. *По 1 кг сахара и смородины, сахар.*

Ягоды промывают, перебирают, обсушивают, пересыпают сахаром и на ночь оставляют, после этого кладут в мультиварку, ставят режим «Тушение» и, закрыв крышку, варят 1 ч. Далее варенье разливают в стерильные банки и закатывают.

Абрикосовое варенье*. 600 г крепких спелых абрикосов, 300 г*

сахара, сок 1/2 лимона.

Промывают и вырезают косточки из абрикосов, выкладывают их, нарезав кусочками, в мультиварку, вливают лимонный сок и всыпают сахар, на режиме «Выпечка» готовят 1 ч помешивая. Можно сделать варенье в режиме «Тушение», но так оно получится более жидким. Готовое варенье разливают по стерилизованным банкам и закручивают.

Грушево-апельсиновое варенье. *1 кг сахара, по 0,5 кг апельсинов и груш.*

Дольками нарезают вымытые груши, удалив семена. Не очищая от кожуры, нарезают вымытые апельсины кружками, затем кружки – пополам. Укладывают груши и апельсины, пересыпав сахаром, в мультиварку, включают на 90 мин режим «Тушение», сняв паровой клапан, варят варенье под крышкой, периодически помешивая (используют только идущие в комплекте лопатки). Затем раскладывают по банкам.

Бруснично-лимонное варенье. *1 кг брусники, 600 г сахара, 3–4 гвоздики, 1/2 лимона, 1 ст. ложка меда.*

Ягоду промывают, обсушивают, выкладывают в мультиварку, пересыпая сахаром, вливают мед, кладут перекрученный в мясорубке лимон (с кожурой), закрывают крышку и готовят варенье на режиме «Тушение» в течение 1 ч. После его завершения оставляют варенье в мультиварке еще на 2 ч, чтобы оно потомилось на режиме «Подогрев». Потом кладут продукт в банки и закатывают.

Варенье из слив с киви. *По 1 кг сахара и слив, 5–6 киви.*

Разрезают фрукты на половинки и убирают из слив косточки, кладут их в мультиварку, всыпают сахар, доводят до кипения в режиме «Выпечка», кладут нарезанный кружками очищенный киви, перемешивают, еще 5 мин варят, разливают по банкам и закатывают.

Варенье из любых ягод без сахара в режиме «Тушение».

Для этого хорошо промытые и обсушенные ягоды без плодоножек, веточек выкладывают в чашу, включают режим «Тушение» и варят, помешивая и снимая пену, не менее 1 ч (время зависит от объема ягод). Затем раскладывают варенье по стерилизованным банкам и закрывают стерильными крышками.

Фруктовые джемы в мультиварке.

Для приготовления джемов в мультиварке, как правило,

используют фрукты, богатые пектином, такие как айва, кислые яблоки, слива, крыжовник и черная смородина. В отличие от варенья, джем готовят в один прием, уваривая подготовленные плоды не более получаса при высокой температуре и частом помешивании. Готовый джем можно законсервировать на зиму, закатав крышками.

Варенье из апельсинов. *1 кг апельсинов, 1 стакан сахарного песка, 250 мл воды, щепотка лимонной кислоты.*

Очищенные апельсины от кожуры режим дольками и засыпают сахаром. Оставляют на 30 мин. Перемешав смесь с лимонной кислотой, выкладывают в мультиварку, доливают воду. Выбирают режим «Паровая варка», под закрытой крышкой готовят 20 мин. По окончании процесса оставляют варенье остывать в мультиварке. Повторяют процедуру еще 2 раза. В последний раз раскладывают варенье по стерилизованным банкам и закатывают крышками.

Пюре сливовое для детского питания. *1,5 кг очищенных слив, 1 банка сгущенного молока, 1/4 мультистакана воды.*

Кладут промытые и очищенные сливы в мультиварку, предварительно поставив режим «Тушение» на 60 мин. После первых 20 мин готовят из слив пюре с помощью блендера. Далее в чашу добавляют сгущенку, хорошо перемешивают. До окончания работы готовят все с закрытой крышкой. Затем пюре закатывают в стерилизованные банки.

Яблочное варенье с грецкими орехами*. 400–500 г яблок, 50 мл воды, 100 г сахара, 1 лимон, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка коньяка, 100 г орехов.*

В яблоках удаляют сердцевину, нарезают на 10 частей. Натирают лимонную цедру и выжимают сок. Кипяток наливают в мультиварку, кладут туда сахар, яблоки, цедру, сок, лавровый листок. Перемешав все, закрывают крышку и ставят режим «Тушение» на 15 мин. После вынимают лавровый листок, добавляют коньяк и орехи. Устанавливают режим «Выпечка» на 10–15 мин. Далее раскладывают по банкам.

Пюре фруктовое. *Сладкие яблоки, бананы (в общей сложности 1,5 кг фруктов, их соотношение зависит от желаемого вкуса), сгущенное молоко.*

Очищают яблоки от кожуры, нарезают на кусочки, удалив сердцевину специальным приспособлением. Моют фрукты, опускают в чашу мультиварки и добавляют $^1/_2$ мультистакана

воды. Включают режим «Тушение» на 20 мин. Через 20 мин пюрируют фрукты блендером (не доставая из мультиварки). Добавляют 380 г сгущенного молока (1 банка). Перемешивают еще раз. Включают режим «Тушение» еще на 40 мин. Разливают горячее пюре в стерилизованные банки и закатывают.

Вишнево-смородиновый джем. *1 кг вишен, 500 г красной смородины, 1 кг сахара.*

Из вишен удаляют косточки. Смородину перебирают, удаляют веточки. Ягоды измельчают при помощи блендера, перекладывают в чашу мультиварки и засыпают сахаром. Через некоторое время аккуратно перемешивают и включают режим «Тушение» на 1 ч. Крышку закрывают, паровой клапан снимают. В течение этого времени перемешивают джем 1–2 раза. После окончания работы режима перекладывают готовый джем в сухие стерилизованные банки и закатывают крышками.

Джем из черной смородины. *750 г ягод черной смородины (можно заменить часть черной смородины красной), 900 г сахара.*

Очищенные, промытые и обсушенные ягоды разминают в миске деревянной толкушкой и засыпают сахаром. Оставляют на 1 ч, несколько раз перемешивают. Затем перекладывают в чашу мультиварки, снимают паровой клапан, закрывают крышку и включают режим «Суп» или «Тушение» на 30–40 мин. Чтобы джем не «выбегал» из чаши, периодически открывают крышку. Готовый джем перекладывают в банки и закатывают.

Варенье из груш с грецкими орехами*. 450 г сладких груш, 50 мл воды, 85 г сахара, 1 лимон, 1 лавровый лист, 1 ст. ложка коньяка, 100 г очищенных грецких орехов.*

Груши промывают, разрезают на 8 частей, удалив сердцевину. С лимона снимают теркой цедру и выжимают сок. В мультиварку вливают кипящую воду, кладут яблоки, сахар, цедру и сок лимона, лавровый лист. Тщательно перемешивают, закрывают крышку и готовят в режиме «Тушение» 15 мин. Открывают крышку, вынимают лавровый лист, добавляют бренди и грецкие орехи. Вновь закрывают крышкой и готовят в режиме «Выпечка» 10 мин. Раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают металлическими крышками.

Вишня сладкая*. 1 кг вишня целая, 200 г сахара.*

Ягоды кладут в мультиварку, сверху высыпают весь сахар и оставляют на 4 ч, пока вишня не выделит сок. Потом включают режим «Варка на пару» на 20 мин, по окончании переключают на

режим «Тушение» и готовят в течение 1 ч. Разливают по стерилизованным банкам и закатывают.

***Варенье из арбузных корок**. 1 кг арбузных корок, 700 г сахара, пакетик пектина.*

Для приготовления варенья подготавливают арбузные корки и сахар. Арбузные корки очищают от зеленой кожуры, оставляя немного красной мякоти для красоты. Нарезают их одинаковыми ломтиками, соломкой или же кубиками – кому как нравится. Нарезанные арбузные корки перекладывают в емкость мультиварки, засыпают пектином, перемешивают и доводят до кипения в режиме «Суп». Затем варят еще 5 мин. Добавляют к коркам сахар. Перемешивают и продолжают варить в том же режиме. Готовят варенье до завершения программы, периодически помешивая. Пока варится варенье, сверху устанавливают чашу для пароварения, а на нее – банки и крышки для стерилизации. Готовое варенье укладывают в банки и плотно закручивают.

***Варенье из крыжовника и сливы.** 600 г крыжовника, 400 г сливы, 500 г сахарного песка, 2 ч. ложки лимонной кислоты.*

Сначала моют крыжовник и сливы и оставляют их в дуршлаге, чтобы вода стекла. Затем пересыпают ягоды крыжовника в чашу мультиварки, засыпают половиной сахарного песка и 2 ложками лимонной кислоты. Не перемешивая, оставляют ягоды с сахаром в чаше на полчаса.

Подготавливают сливы. Для варенья выбирают сорт «чернослив». Разрезают сливы на половинки и отделяют от косточек. Получившиеся половинки разрезают на более мелкие кусочки. По истечении получаса на крыжовник сверху кладут кусочки слив. И засыпают второй половиной сахарного песка, аккуратно разравнивают сахар, не перемешивая. Плотно закрывают крышку мультиварки и устанавливают режим «Тушение» на 40 мин. Когда мультиварка закончит свою работу, перемешивают варенье. Если не хватает сахара, добавляют еще, перемешивают и устанавливают режим «Тушение» еще на 40 мин. Раскладывают и стерилизуют банки и крышки. Затем варенье разливают и закатывают.

***Волокнистое сливовое варенье.** 1 кг желтой мягкой сливы, 750 г сахара, 1 пакетик пектина.*

Сливу моют, очищают от косточек, засыпают сахаром, выкладывают в чашу мультиварки, дают постоять, потом выставляют режим «Томление» и готовят около 20 мин. Затем

разливают по заранее подготовленным банкам, закатывают, остужают и хранят в прохладном месте.

Варенье из цельного терна. *Варят в один прием, для того чтобы в процессе приготовления терн полностью сохранил свою форму. 1 кг терна, 1 кг сахара, 1 пакетик пектина (сухая смесь для варенья).*

Для приготовления варенья используются крупные спелые плоды терна. Терн перебирают, удаляют плодоножки, перекладывают в дуршлаг, моют и дают стечь жидкости. Кладут подготовленные плоды в емкость мультиварки и засыпают их сухой смесью пектина. Терн перемешивают очень аккуратно, чтобы не повредить целостность ягод.

В режиме «Суп» варят терн около 5 мин, при этом постоянно помешивают. Когда ягоды пустят немного сока, добавляют сахар, тщательно перемешивают и продолжают варить в том же режиме еще 5 мин, снимая пенку. Пока варенье варится, устанавливают чашу для приготовления на пару, а на нее – хорошо вымытую банку и крышку. Стерилизуют около 5 мин. Подготовленную банку убирают в сторону и проверяют готовность варенья. Если ягоды терна остались целыми и при этом равномерно распределились в сиропе, значит, терновое варенье в мультиварке готово. Расфасовывают его в стерилизованные банки, накрывают крышками и плотно закручивают.

Варенье из кабачков. *1 кг кабачков, 700 г сахара, 1 лимон, 1 пакетик пектина.*

Кабачки моют, подсушивают и срезают плодоножки. Режут при помощи кухонного комбайна. А для тех, кому не нравятся целые кусочки, их можно измельчить в блендере до однородности. Измельченные кабачки перекладывают в емкость мультиварки. Из лимона выдавливают сок и добавляют его к кабачкам.

Посыпают все пектином, предварительно смешанным с 2 ст. ложками сахара. Хорошо перемешивают и доводят до кипения в режиме «Суп». Варят ровно 5 мин. Постоянно помешивая, всыпают к кабачкам сахар. И продолжают варить до необходимой густоты (около 20 мин). Если же нравится более густая консистенция варенья, то варят 30–40 мин. Разливают его по банкам, плотно закручивают крышками, переворачивают и дают остыть.

Абрикосовый джем. *1 кг абрикосов (сочные, ароматные, твердые, слегка недоспелые с кислинкой), 700 г сахара.*

Хорошо промывают абрикосы. Затем делят ягоды на половинки и вынимают косточки. После половинки нарезают помельче, а несколько косточек (5–6 штучек) раскалывают и достают орешки. Измельченные абрикосы закладывают в мультичашу и кладут абрикосовые орешки – они придадут джему ореховый привкус и аромат.

Засыпают ягоды и орехи сахаром, перемешивают и закрывают мультиварку. Сначала тушат ягоды на соответствующем режиме 1 ч. А после, не закрывая крышку, уваривают джем до нужной консистенции. Используют режим «Выпечка», устанавливая время дважды: приблизительно 65 мин, а затем 45 мин. Потом готовое горячее варенье расфасовывают по стерилизованным банкам, закручивают и остужают при комнатной температуре.

***Яблочный джем**. 5 крупных кислых яблок, 2 стакана сахара, 1 стакан воды.*

Выбирают спелые яблоки без червоточин и гнилых частей. Промывают их и снимают тонкий слой кожуры (используют для этого овощечистку). Кожуру не выбрасывают, а складывают в мультиварочную кастрюльку и заливают водой. В режиме «Варка на пару» кипятят кожуру 10 мин, затем ее отжимают и вынимают, а яблочный отвар оставляют в кастрюльке. Теперь кожуру можно выкинуть.

Из очищенных яблок вынимают косточки и нарезают их сначала дольками, потом дольки делят на небольшие кусочки. Складывают эти кусочки в яблочный отвар и засыпают сахаром. Перемешивают и ставят тушить на 2 ч, за это время яблоки немного потемнеют и пустят сок. Теперь образовавшийся сок нужно уварить. Для этого используют режим «Выпечка», время ставят для начала на 1 ч, потом, если понадобится, можно включить еще раз, но время зависит от количества и густоты оставшейся жидкости.

Если при помешивании чувствуете, что консистенции вязкая, то уваривать дальше не нужно, поскольку джем остынет и загустеет. По желанию можно пюрировать, чтобы придать более равномерную консистенцию. Хранят джем в стерилизованных банках под металлическими крышками.

***Черешневое варенье красное.** 1 кг спелой красной черешни, 1 кг сахара.*

Черешню моют, удаляют веточки и косточки специальным приспособлением, которое позволяет ягоде оставаться целой и не терять много сока. Теперь в чашу мультиварки выкладывают слоями черешню и сахар. Если не любите жидкое варенье, воды в

него не добавляют совсем.

Чтобы дать ягодам настояться под соком, ставят чашу в холодильник на 2–3 ч. Затем вынимают чашу с ягодами из холодильника, устанавливают в мультиварке, включают ее в режим «Тушение» и выставляют время 1,5 ч. Потом готовое варенье остужают и наполняют им стерилизованные банки. Включают «Выпечка» (или «Тушение») на 20 мин, после отключения дают ему остыть (2 ч), затем снова включают на 20 мин и опять остужают; повторяют еще раз.

Включать мультиварку придется 3 раза. За все время варки и остывания крышку открывать не нужно. Приготовленное таким способом варенье из черешни в мультиварке будет очень густым и похожим на джем. Когда остынет, его также раскладывают по банкам.

Сливовый красный мармелад. *750 г слив, 600 г сахара, 1 стакан воды.*

Сливы хорошо промывают, разрезают на половинки и удаляют косточки. Выкладывают подготовленные сливы в мультиварку, добавляют стакан воды и включают любой режим, поддерживающий температуру в 100 °С и выше, например «Варка на пару». Спустя 10 мин варки сливы размягчатся, шкурка полопается, можно выключать мультиварку.

Настал этап измельчения слив, можно протереть сливы через сито, тогда кожура не попадет в мармелад, и он будет красного цвета. Измельчают фрукты при помощи блендера, тогда кожура будет присутствовать в мармеладе, но цвет получится более насыщенным. Затем насыпают сахар и перемешивают, для того чтобы он растворился. Далее уваривают мармелад до нужной консистенции, для этого нужно выбрать режим, поддерживающий постоянное кипение, в зависимости от температуры режима. Можно выбрать режим «Жарка» (120–130 °С), «Выпечка» (120 °С) или «Варка на пару» (100 °С).

Если хотят быстрее сварить мармелад, выбирают режим «Жарка», но при этом нужно будет его часто помешивать. Держат крышку мультиварки открытой, чтобы влага быстрее испарялась.

Спустя примерно 30 мин готовки при постоянном помешивании мармелад загустеет и во время кипения начнет «брызгать» горячими каплями по сторонам: значит, он готов. Отключают режим.

Выливают горячий мармелад в стеклянную стерилизованную посуду с винтовыми крышками. Оставляют мармелад при комнатной температуре на несколько часов, для того чтобы он застыл. Из мармелада можно делать домашние конфеты, нужно

разрезать мармелад на кусочки и обвалять их в сахаре.

Ягода в собственном соку.

Для этой заготовки не нужен сахар. Таким способом можно готовить любые нежные сочные ягоды – жимолость, землянику, клубнику, черешню и т. д. На дно чаши мультиварки стелят ткань или кладут силиконовый коврик. Вливают в чашу немного воды, ставят пол-литровые банки и наполняют их ягодами. Устанавливают режим «Тушение» на 1,5–2 ч. Крышку закрывают и готовят в течение 30 мин. Открывают крышку, всыпают в банки ягоды, если черника просела, и продолжают готовить под крышкой в течение 30 мин (продолжают приготовление до тех пор, пока ягодный сок не заполнит собой банки и ягоды будет некуда добавлять). Закатывают банки стерилизованными крышками.

Консервированные компоты

Для приготовления компотов подойдет любая мультиварка, нужно только подобрать подходящий режим: обычно это «Тушение», «Томление», «Варка» или «Суп». Банки можно стерилизовать отдельно или вместе с компотом, в зависимости от объема чаши мультиварки.

***Компот из сухофруктов**. 1/2 стакана изюма, 1 стакан кураги, 1/2 стакана чернослива, 1 стакан сухие яблоки, 2 стакана сахара, вода.*

Сухофрукты промывают, обдают кипятком, высыпают в чашу мультиварки, заливают холодной водой. Включают режим «Тушение». Для приготовления компота будет достаточно 20 мин, но если хочется получить вкусный, насыщенный напиток, выставляют на таймере 1 ч. Затем в подготовленные стерилизованные горячие банки заливают горячий компот (банку нужно обернуть влажной тканью) и закатывают крышками.

***Компот из смородины, винограда и жимолости**. Сахар, красная смородина, жимолость, виноград, 11/2 стакана сахара, кипяченая вода, мята.*

Ягоды перебирают, промывают, складывают в мультиварку. В чашу всыпают сахар. Заливают водой, добавляют несколько соцветий липы и пару листочков мяты. Включают режим «Тушение» на 2 ч. Затем заливают компот в горячие банки, обернутые влажной тканью, закатывают металлическими крышками, переворачивают и остужают.

***Сливовый компот**. 1 кг слив, 250–400 г сахара, 1,2–1,3 л воды.*

Моют сливы, удаляют плодоножки. Сливы освобождают от косточек и даже от кожицы. Выкладывают сливы в чашу мультиварки, засыпают сахаром, заливают водой. Включают режим «Томление» на 1 ч. Стерилизуют банки. Готовый компот заливают в подготовленные банки, закатывают металлическими крышками, остужают в перевернутом виде.

***Компот с каркаде**. Каркаде (соотношение: на 3 л воды – 3 ст. ложки каркаде), 2,5 л горячей воды, 3 яблока, по 100 г кураги и черной смородины, 3 ст. ложки сахара.*

Яблоки нарезают кубиками, курагу промывают под проточной водой. В мультиварку помещают яблоки, курагу, смородину,

заливают горячей водой, добавляют сахар, включают режим «Тушение» на 1 ч. Кладут в компот чай каркаде, который придаст ему приятный кисловатый вкус и хороший насыщенный цвет. Добавлять каркаде можно только в конце. Готовый компот наливают в горячие сухие стерилизованные банки, закатывают металлическими крышками, переворачивают, ставят донышком вверх, остужают.

Компот из вишни. *2/3 мультистакана замороженной вишни, 1/3 мультистакана замороженной сливы, 1/2 мультистакана сахара, 3 л воды.*

Всыпают в чашу мультиварки замороженную сливу и вишню. Добавляют сахар с помощью мультистакана. Заливают вишню и сливу кипятком. Включают режим «Томление» на 30 мин. Затем разливают компот по стерилизованным банкам, закатывают металлическими крышками, переворачивают и остужают.

Компот из яблок и шиповника. *1 мультистакан шиповника, 4 яблока, 1 мультистакан сахара.*

Промывают шиповник и яблоки. Нарезают яблоки небольшими дольками, удаляют косточки. Выкладывают в чашу мультиварки шиповник и яблоки. Засыпают сахар. Доливают воды до максимальной метки. Выставляют режим «Тушение» на 1 ч. Затем разливают по банкам и оставляют остывать.

Компот из абрикосов*. 600 г зрелых неповрежденных абрикосов, 3 л воды, сахар.*

Стерилизуют банки. Моют и удаляют косточки из отобранных абрикосов. Плотно укладывают плоды в мультичашу. Добавляют по вкусу сахар, заливают кипятком. Выбирают режим «Варка» и готовят 30 мин. Затем разливают компот по подготовленным банкам, закручивают металлическими крышками и остужают.

Компот из персиков. *500 г персиков, сахар – по вкусу, 1 л воды.*

Очищают плоды и удаляют косточки. Закладывают персики в мультичашу. Заливают кипятком до максимальной отметки, добавляют сахар. Выбирают программу «Суп» или «Тушение». Готовят около 1 ч. Затем разливают по горячим банкам, закатывают крышками, переворачивают и остужают.

Компот из яблок, черной смородины*. 1 стакан смородины черной, 3 яблока, 2 л воды, 150 г сахара.*

Промывают и кладут в мультичашу ягоды. Нарезанные

яблоки добавляют туда же. Засыпают сахаром и наливают кипяток. Готовят 30 мин в режиме «Томление». Готовый компот разливают по банкам, закрывают металлическими крышками и остужают.

Компот из черники с пряностями. *4 стакана сахара, 2,4 л воды, 2 стакана черники, листики мяты, корицу и цедра лимона.*

Если используют замороженные ягоды, то лучше включить режим «Разморозка». Кладут промытые ягоды в мультичашу, добавляют воды до максимальной отметки, добавляют сахар и размешивают. Готовят в режиме «Тушение» либо «Варка» 25 мин. Затем разливают по подготовленным банкам, закатывают металлическими крышками, переворачивают вверх дном и остужают.

Компот из желтых слив с косточками*. Сливы желтые, сахар, вода.*

Когда вымытые сливы просохнут, их можно укладывать в чашу. Готовят сладкий сироп из сахара и воды (1:1). Затем в чашу наливают часть сиропа и кипяток. Устанавливают режим «Варка» на 15 мин. Затем разливают по стерилизованным банкам, заливают оставшимся сиропом, закатывают крышками.

Мясные заготовки

Для приготовления заготовок в мультиварке подходят любые сорта мяса: крольчатина, свинина, говядина, курятина. Чтобы продукт получился сочным и мягким, не используют старое и жесткое, жилистое, костлявое мясо.

Перед приготовлением мясо тщательно промывают, подсушивают бумажным полотенцем, нарезают на кусочки. Готовый продукт выкладывают в горячие банки (обернув их влажным полотенцем), заполняя весь объем. Банки стерилизуют в период последнего часа готовки мяса, то есть непосредственно перед заполнением. Крышки для закатывания также обязательно стерилизуют.

Хранить мясные заготовки рекомендуется в холодном месте. Обычно домашние мясные консервы используют до 1,5 мес. Чтобы избавить мультиварку от запаха мяса, после приготовления пищи в чашу наливают воду с корочкой лимона и на режиме «Варка на пару» держат 15 мин.

Рассмотрим рецепты для определенных моделей.

Домашняя тушенка (мультиварка Philips hd 3025 03). *По 300 г говядины и свинины или филе курицы и индейки, 1 крупная луковица, 1 лавровый лист, несколько горошин из приправы «Смесь перцев», соль и перец.*

Мясо (без костей) промывают и нарезают кусочками, помещают в чашу мультиварки и сверху кладут луковицу, разрезанную на четыре части. Выкладывают туда все специи, перец, соль и лавровый лист. На приготовление тушенки в мультиварке уйдет около 6 ч в режиме «Тушение». Готовую тушенку можно закатать в стерильные банки или распределить по пластиковым контейнерам для хранения в морозилке.

Куриная тушенка (мультиварка Philips hd 3033). *4,5 кг свежей потрошеной курицы, соль, перец горошком, 1 лавровый лист, 125 мл воды.*

Разрезают курицу вдоль пополам. Затем каждую половину птицы разрезают поперек на порционные куски (если курица с шеей, тогда эту часть отрезают). Каждый кусочек компонента хорошо промывают под проточной водой. Снимают с каждого кусочка шкурку и кухонными бумажными полотенцами насухо вытирают от лишней жидкости.

Выкладывают по очереди куриные кусочки на разделочную доску и срезают мясо с костей. Маленькие косточки оставляют

прямо в мясе, так, как после приготовления тушенки. Обработанные кусочки курицы помещают в свободную глубокую миску. Стерилизуют банки в течение 15 мин, также стерилизуют крышки 15 мин. Крышки, как и банки, с помощью вилки перекладывают на чистое полотенце внутренней стороной вниз.

Перекладывают куриные кусочки в кастрюлю мультиварки. Устанавливают в мультиварке режим «Тушение» и готовят курицу в течение 4 ч. За час до приготовления тушенки добавляют в мультиварку лавровые листья, перец черный горошком по вкусу, а также солят курицу (на 1 кг мяса – 1 полная чайная ложка). Все хорошо перемешивают и продолжают готовить мясо в заданном режиме оставшееся время.

После того как куриная тушенка будет готова, с помощью черпака или столовой ложки перекладывают блюдо в горячие стерилизованные банки так, чтобы мясо полностью заполняло пустое пространство внутри тары, и плотно закрывают банки стерилизованными горячими крышками. Затем остужают тушенку под одеялом, чтобы блюдо самостоятельно и потихоньку остывало до комнатной температуры.

После того как тушенка остынет, перекладываем ее в холодильник на долгое хранение. Хранят такое блюдо до 3 месяцев (если нужно увеличить срок хранения до 5 лет, тогда стеклянные банки стерилизуют в течение 1,5 ч, а закрывают такую тару металлическими крышками с помощью консервного ключа).

Консервированное мясо (мультиварка Philips hd 3033). *1,5 кг мякоти говядины, 1 головка репчатого лука, 3 лавровых листа, 1 1/2 ч. ложки соли, 4 горошка душистого перца, черный молотый перец, 1 л воды.*

Мясо нарезают кубиками 3´3 см. Примерно так можно и большего размера. Добавляют крупно нарезанный лук, соль, перец, лавровый лист. Все хорошо перемешивают. Заливают 1 л воды. Закрывают крышку, выставляют режим «Тушение» на 4 ч. Банки стерилизуют 1 ч (в течение последнего часа готовки). По окончании работы режима мясо сразу перекладывают в горячие банки, обернув их полотенцем (мясо должно полностью заполнять объем банки), сразу закатывают стерилизованными крышками.

Мясо с баклажанами и помидорами (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *Количество продуктов для мультиварочной кастрюли объемом 4,5 л: 700 г говядины, 450 г помидоров (или 2 шт.), 450 г баклажанов (или 3 шт.), 170 г*

репчатого лука (или 2 шт.), 2 зубчика чеснока, 1/4 ч. ложки куркумы, перец черный молотый, соль, 30 г растительного масла для жарки (или 3 ст. ложки).

Баклажаны промывают, нарезают кружками, кладут в миску, добавляют 1 ст. ложку соли и заливают водой. Говядину промывают, нарезают средними кусочками. В кастрюлю мультиварки наливают растительное масло, кладут кусочки говядины. Включают мультиварку на режим «Выпечка» на 60 мин. Жарят говядину 30 мин при открытой крышке.

Репчатый лук очищают, промывают и нарезают полукольцами, загружают в мультиварку. Перемешивают и жарят при открытой крышке еще 10 минут. Чеснок очищают. Острый перец и чеснок промывают и измельчают. Добавляют к мясу. Баклажаны промывают от соли и отжимают, чтобы удалить лишнюю воду. Добавляют к мясу.

Все перемешивают и жарят при открытой крышке 20 мин. Помидоры промывают и нарезают кубиками. Добавляют в кастрюлю к мясу. Солят, перчат, добавляют куркуму. Перемешивают. Закрывают крышку и включают программу «Тушение» на 1 ч 30 мин.

После завершения программы выкладывают мясо с овощами в подготовленные тщательно стерилизованные горячие банки (занимают массой весь объем), закатывают чистыми крышками, накрывают полотенцем и оставляют остужаться. Хранят в холодильнике около 1,5 мес.

Заготовка из баранины (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *Мякоть баранины, специи, лавровый лист, соль по вкусу.*

Подготавливают мясо: промывают, нарезают на мелкие кусочки. Кусочки мяса выкладывают в чашу мультиварки. Закрывают крышку, устанавливают режим «Тушение» на 5–6 ч. За 1 ч до окончания приготовления добавляют соль и специи по вкусу. Тщательно стерилизуют банки в течение последнего часа готовки. Свежеприготовленную заготовку раскладывают по горячим банкам, заливают образовавшимся от варки жиром, остужают.

Печеночный паштет (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *500 г куриной, говяжьей или свиной печени, 2 шт. репчатого лука, 2 средние моркови; соль и перец – по вкусу, 2 дольки чеснока, 100 г растительного масла.*

Печень промывают, затем замачивают на несколько часов в холодном молоке, очищают и нарезают на маленькие кусочки. Лук мелко режут. Морковь натирают на терке. Кладут в чашу

мультиварки печень, лук, тертую морковь. Добавляют чеснок (по желанию). Солят, перчат, перемешивают. Закрывают крышку, устанавливают режим «Тушение» на 1 ч. Печень будет готовиться в собственном соку.

После сигнала печень кладут в другую емкость и немного остужают. Затем добавляют растительное масло, и все взбивают блендером (или пропускают через мясорубку 2 раза). Снова ставят в мультиварку на режим «Тушение» на 15 мин. Потом перекладывают в подготовленные и тщательно стерилизованные банки, закатывают металлическими крышками.

Тушенка по-домашнему (мультиварка Philips hd 3033). *500 г мякоти свинины, соль, перец черный горошком, лавровый лист.*

Мясо моют и нарезают крупными кусками. Кладут в мультиварку, доводят до кипения на режиме «Выпечка», время – 10–20 мин. После этого солят, добавляют 4–5 горошин черного перца и 1 лавровый лист. Включают режим «Тушение» на 5 ч.

Через 5 ч мясо легко расходится на волокна, измельчают его силиконовой лопаткой. Еще раз доводят до кипения на режиме «Выпечка» в течение 5–10 мин. Банки и крышки стерилизуют в кипящей воде 15 мин. В них кладут тушенку, плотно закрывают, дают остыть и убирают в холодильник на верхнюю полку. Хранят такую тушенку в холодильнике 1–2 месяца.

Мясной соус (мультиварка Polaris PMC 0508D floris). *2 кг говяжьих рубленых костей, 2 средние головки лука, 2 небольшие моркови, стебли или корень сельдерея, корень пастернака, перец горошком, 1 лавровый лист, тимьян, розмарин, соль, 1 стакан вина красного сухого.*

Помещают кости в духовку и запекают до коричневого состояния. Овощи жарят на сковороде с добавлением томатной пасты. Затем вместе с овощами помещают в чашу мультиварки, заливают водой. Выставляют температуру 100 °С в режиме «Мультиповар» и оставляют на 16–20 ч. Потом процеживают бульон и переливают обратно в кастрюлю, добавляют вино и специи и выставляют 110 °С еще на 2–3 ч в том же режиме, проверяя качество загустения. Если тимьян и розмарин были в веточках, то просто достать все специи, если нет, то еще раз процедить.

В горячем виде соус разливают по стерилизованным банкам, закрывают металлическими крышками и хранят в прохладном месте около 1,5 мес.

Домашняя тушенка (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *Мясо (мякоть), соль, специи.*

Моют мясо, нарезают кусочками. Выкладывают их в чашу мультиварки. Закрывают крышку, устанавливают режим «Тушение» на 5–6 ч. За 1 ч до окончания приготовления добавляют соль и специи по вкусу. После окончания этого времени тушенку в горячем виде моют по стерилизованным банкам, заливают образовавшимся от варки жиром, закатывают крышками и остужают.

Мясная заготовка (мультиварка Panasonic SR-TMH 18). *2 кг филе говядины, 2 головки чеснока, соль, 4 шт. лаврового листа, перец.*

Мясо моют тщательно, подсушивают, нарезают мясо на маленькие кусочки. Далее выкладывают все в мультиварку, включают режим «Тушение» на 6 ч. За 1 ч до конца приготовления добавляют соль, перец и лавровые листики. Когда прозвучит сигнал, оставляют мясо настаиваться еще на несколько часов под крышкой. Затем раскладывают тушенку по банкам, поливая соком и жиром из мяса. Дают остыть, фасуют по стерилизованным банкам, закрывают крышками и убирают в холодильник.

Заготовки из овощей

Если необходимо тушить определенный набор овощей, то идеальным будет режим «Тушение», время которого можно регулировать. При данном режиме продукты в чаше томятся при определенной температуре, достигая нужной консистенции и вкуса.

Учитывая, что готовка мякоти овощей часто сопровождается пригоранием продукта, в мультиварке этого можно будет избежать, так как чаши мультиварок имеют тефлоновое или керамическое покрытие. Продукты в мультиварке разогреваются равномерно, и оптимальный температурный режим заставляет продукты томиться.

Консервируя продукты на зиму, можно совмещать несколько режимов мультиварок. Это актуально, например, тогда, когда изначально продукты быстро жарят, а потом тушат или когда отдельно готовится заправка – рассол, соус.

Рассмотрим рецепты для определенных моделей мультиварок.

Домашний кетчуп из томатного сока (мультиварка Polaris 0512AD). *1 л томатного сока, 3 помидора, 1 луковица, 4 маленьких зубчика чеснока, 1 ст. ложка крахмала, 100 г сахара, 1 ч. ложка морской соли, 1/2 ст. ложки 9 %-ного уксуса, тмин, красный перец.*

Часть сока смешивают с крахмалом. Выливают оставшийся сок в чашу мультиварки и добавляют к нему измельченные помидоры, лук и чеснок. Включают программу «Тушение» и готовят 30 мин. Потом кладут все специи и уксус и варят еще 1 ч. Затем добавляют сок с крахмалом и варят еще 5 мин. Выкладывают в банку и хранят в холодильнике.

Кабачковая икра (мультиварка Redmond M70). *1 небольшой молодой кабачок, 2–3 средние моркови, 1 средняя луковица, вода, 2–3 ч. ложки томатной пасты, соль, сахар по вкусу.*

Кабачок, морковь, лук очищают, промывают. Нарезают кабачок кружками (толщина примерно 2 см), морковь тоже режут кружками такой же толщины, лук режут пополам. Заливают водой, чтобы она покрыла овощи. Включают режим «Тушение» на 30 мин. Затем вынимают овощи и перекручивают их либо мясорубкой, либо перемалывают в блендере. Добавляют к перекрученным овощам соль и сахар по вкусу. Потом добавляют 2 ч. ложки томатной пасты и хорошенько перемешивают ложкой.

Можно тушить еще 5 мин, затем выложить в банки и закатать металлическими крышками.

«Зимняя» икра (мультиварка Polaris PMC0517AD). *2,5 кг помидоров, 0,5 кг лука, 0,5 кг моркови, 0,5 кг сладких перцев, 0,5 кг яблок, 300 г чеснока, 1 горький перец, 1 большой пучок петрушки, 1 большой пучок сельдерея, 1 стакан растительного масла, соль, перец.*

Лук и морковь очищают. Перец, яблоки и помидоры промывают. У перца и яблок удаляют сердцевину. Нарезают все овощи произвольными кусками и проворачивают через мясорубку или измельчают в блендере. Включают режим «Мультиповар», устанавливают температуру 120 °С. Перекладывают пюре в чашу мультиварки, солят, перчат, добавляют растительное масло и готовят 3 ч.

Зелень промывают и мелко нарезают. Чеснок очищают и измельчают. Добавляют зелень и чеснок в икру и готовят еще 15 мин. Горячую икру раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают и дают остыть. Хранят в темном прохладном месте.

Заготовка из баклажанов с перцем(мультиварка Maruchi RW-FZ47). *0,5 кг баклажанов, 0,5 кг сладкого перца (красный, зеленый, желтый, оранжевый), 0,5 кг мясистых помидоров, 250 г репчатого лука, 2–3 зубчика чеснока, 25–30 г соли, 25–30 г сахара, 1/2 мультистакана растительного масла, 25 г 9 %-ного (можно заменить на 35 г 6 %-ного уксуса, но заготовка получится более жидкой) уксуса.*

Моют все овощи. Помидоры избавляют от хвостиков и нарезают кубиками либо измельчают мясорубкой: чем мельче нарезают, тем больше будет сока. Можно заменить половину помидоров на густую томатную пасту, чтобы было меньше жидкости и более насыщенный вкус.

Перец очищают от семян, плодоножек и нарезают соломкой. Баклажаны режут колечками толщиной 1 см (если баклажан крупный, самые широкие колечки разрезают еще пополам).

Лук нарезают полукольцами. Теперь смешивают все овощи в кастрюле мультиварки, добавляют соль, сахар, масло, уксус. Готовят на программе «Суп» 30–40 мин. За 7–10 мин до конца приготовления кладут измельченный чеснок для остроты (можно не использовать). Стерилизуют банки и закладывают туда приготовленные овощи, закатывают металлическими крышками.

Заготовка на рассольник (мультиварка Polaris PMC 0512AD). *4 кг свежих огурцов, 0,5 кг репчатого лука, 0,5 кг*

моркови, 0,5 л томатной пасты, 4 ст. ложки соли, 2 стакана перловки, 4 ст. ложки 9 %-ного уксуса.

Перловку промывают и замачивают. Огурцы натирают на крупной терке и оставляют на 2–4 ч, чтобы пустили сок. Лук мелко нарезают. Морковь натирают на крупной терке и жарят с луком на растительном масле. Соединяют все ингредиенты (кроме уксуса) и тушат 25 мин. Через 25 мин вливают уксус и тушат еще 5 мин. Раскладывают массу в стерилизованные банки и закатывают. Можно закрывать в банки с винтовыми крышками, но хранить в холодильнике.

Заготовка для рассольника (мультиварка Stadler Form). *250 г свежих огурцов, 250 г репчатого лука, 250 моркови, 2 ст. ложки томатной пасты, 1 ч. ложка уксуса, растительное масло по вкусу.*

В чашу мультиварки наливают растительное масло. Кладут натертые на терке морковь и огурцы. Добавляют нарезанный лук. Кладут томатную пасту. Перемешивают. Готовят на программе «Жарка» 30 мин. После сигнала добавляют уксус и перемешивают.

Рецепт свекольной икры (мультиварка Polaris PMC 0510AD). *3 свеклы, 1–2 моркови, 2–3 головки репчатого лука, 1 ст. ложка томатной пасты, растительное масло, соль, специи по вкусу.*

Овощи промывают, очищают. Чашу мультиварки разогревают с растительным маслом на режиме «Жарка» или «Выпечка».

Лук мелко нарезают, выкладывают в разогретую чашу мультиварки и жарят до прозрачности.

Морковь натирают на мелкой терке, добавляют к луку, перемешивают и продолжают готовить.

Свеклу натирают на крупной терке, добавляют к луку с морковью. Солят, добавляют специи (черный перец, прованские травы, сухой укроп, чеснок) и томатную пасту. Перемешивают. Если вам попалась свекла недостаточно сладкая, можно добавить в икру немного сахара по вкусу. Далее закрывают крышку, устанавливают режим «Тушение» и готовят икру из свеклы в мультиварке 30 мин. Стерилизуют банки и свекольную икру в горячем виде выкладывают в них, закатывают крышками.

Томатный кетчуп с имбирем (мультиварка Polaris 0512AD). *1 л томатного сока, 3 помидора, 1 луковица, 4 зубчика чеснока, 1 ст. ложка крахмала, 100 г сахара, 1 ч. ложка морской соли, 1/2 ст. ложки 9 %-ного уксуса, тмин, красный перец, укроп, сушеный имбирь.*

Из пакета сока отливают в кружку сок и смешивают его с крахмалом. Заливают оставшийся сок в чашу мультиварки и добавляют к нему измельченные: помидоры, лук и чеснок. Включают программу «Тушение» на 30 мин. Потом добавляют все специи, имбирь и уксус и варят еще 1 ч. Затем вливают сок с крахмалом и варят еще 5 мин. Выкладывают в банку и хранят в холодильнике.

Зеленые помидоры (мультиварка Polaris PMC 0517 AD). *1 кг целых твердых зеленых помидоров, 2 стакана нарезанного зеленого сельдерея, 2 небольшие головки чеснока, 1 ст. ложка соли, 2 стакана воды, перец чили острый – по вкусу.*

В мультиварку наливают воду, ставят режим «Варка на пару» 5 мин. Как только вода закипит, добавляют соль и выкладывают в кипящую воду вымытые помидоры. Сразу после того, как мультиварка подаст сигнал об окончании программы, помидоры вынимают и кладут в заранее подготовленную емкость с холодной водой. Выдерживают в холодной воде в течение 20 мин. Затем каждый помидор разрезают в зависимости от размера либо на 2, либо на 4 части.

Нарезанные помидоры укладывают в стеклянные банки, пересыпая чесноком перцем и нарезанным сельдереем. Остывшим рассолом из мультиварки заливают помидоры и закрывают крышками. Хранят помидоры в холодном месте. Для длительного хранения помидоры стерилизуют.

Рассмотрим рецепты овощных блюд, которые используют для мультиварок разных серий, применяя подходящие режимы.

Лечо с кабачками. *1,5 кг кабачков, 500 г лука, 500 г моркови, 250 г разноцветного сладкого перца, 250 г помидоров, 150 г томатной пасты, 1 головка чеснока, 1 пучок укропа, 2 ст. ложки соли, 100 мл растительного масла.*

Все овощи перед взвешиванием очищают. С кабачков снимают кожицу, если она плотная, удаляют сердцевину, с помидоров снимают кожицу. Измельчают все овощи: лук и морковь нарезают мелкой соломкой, кабачки – брусочками, помидоры – ломтиками, сладкий перец – полосками. Чеснок рубят. Включают режим «Варка на пару» на 40 мин, вливают в чашу мультиварки 50 мл растительного масла и тушат в нем морковь, лук и сладкий перец в течение 20 мин при открытой крышке. Затем всыпают $^1/_2$ ст. ложки соли, аккуратно перемешивают и закрывают крышку. Продолжают тушить овощи под крышкой.

Кабачки перемешивают с оставшейся солью и кладут в чашу

после сигнала об окончании режима. Поверх кабачков выкладывают помидоры, томатную пасту, закрывают крышку и включают режим «Тушение» на 2 ч. В течение этого времени перемешивают продукты 1–2 раза. После сигнала об окончании режима всыпают в чашу измельченный чеснок и зелень, переключают на режим «Варка на пару» и доводят лечо до кипения (3–5 мин). Раскладывают по стерилизованным банкам, закатывают.

Икра из овощей на зиму (для мультиварок с функцией «Мультиповар»). *2,5 кг помидоров, 500 г лука, 500 г моркови, 500 г яблок, 500 г сладкого перца, 300 г чеснока, 1 стручок горького перца, 1 пучок петрушки, 1 пучок сельдерея, 1 стакан растительного масла, соль, черный молотый перец – по вкусу.*

Очищают, удаляют семена и сердцевину у овощей, измельчают произвольно. Можно провернуть овощи через мясорубку или измельчить их в блендере. Включают режим «Мультиповар», устанавливают температуру 120 °С и время – 3 ч. Складывают все компоненты, кроме зелени и чеснока, в чашу, добавляют растительное масло и готовят под крышкой. Затем кладут зелень и чеснок и варят на том же режиме еще 15 мин. Раскладывают по стерилизованным банкам и закатывают.

Заготовка для рассольника на зиму. *2 кг свежих огурцов, 250 г лука, 250 г моркови, 250 мл томатной пасты, 2 ст. ложки соли, 1 стакан перловой крупы, 2 ст. ложки 9 %-ного уксуса.*

Замачивают промытую перловую крупу на ночь в холодной воде. Огурцы натирают на крупной терке и оставляют на 2–3 ч, чтобы пустили сок. Включают режим «Выпечка» на 20 мин и готовят на растительном масле измельченные лук и морковь. Затем добавляют остальные ингредиенты, кроме уксуса, переключают мультиварку на режим «Тушение» на 1 ч и готовят под крышкой, пару раз перемешав.

После окончания работы режима вливают в чашу мультиварки уксус, перемешивают и на режиме «Выпечка» или «Варка на пару» доводят заготовку до кипения. Раскладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Домашний кетчуп. *2 кг помидоров, 2 кислых яблока, 2 луковицы, 3–5 зубчиков чеснока, 2 ст. ложки (без верха) соли, 1 стакан сахара, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 1 ч. ложка красного молотого перца, 10 шт. гвоздики, 1 ч. ложка молотой корицы, 1/2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 5–6 ст. ложек 9 %-ного уксуса.*

Подготовленные очищенные продукты пропускают через мясорубку или измельчают при помощи блендера. Чеснок выдавливают через пресс. Выкладывают овощи в чашу мультиварки, добавляют соль, сахар, черный и красный перец и гвоздику. Устанавливают режим «Тушение» на 2,5 ч. Крышку закрывают.

После сигнала об окончании режима переключают мультиварку в режим «Варка на пару» на 10 мин, кладут в чашу мультиварки уксус, корицу и мускатный орех и тушат при открытой крышке помешивая. Перекладывают в стерилизованные банки или бутылки и закатывают металлическими крышками (или закрывают винтовыми крышками).

Икра из кабачков. *2 кг кабачков, 300 г моркови, 250 г лука, 4–5 зубчиков чеснока, 4 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сухой зелени петрушки, 1 ст. ложка зелени сельдерея, 1 ст. ложка 9 %-ного уксуса, 1/2 ч. ложки молотого черного перца, 1/2 ч. ложки молотого душистого перца, 3 ст. ложки растительного масла.*

Измельчают овощи любым способом. В режиме «Выпечка» жарят с растительным маслом лук и морковь в течение 15–20 мин. Добавляют нарезанные кабачки и жарят еще 10 мин помешивая. Переключают мультиварку в режим «Тушение» на 1,5 ч и тушат под крышкой.

Через час после начала работы режима добавляют в чашу томатную пасту, соль, сахар, перец, измельченную зелень и чеснок, перемешивают и снова закрывают крышку. Готовую икру пюрируют при помощи блендера, вливают уксус и доводят до кипения на режиме «Выпечка» или «Варка на пару». Раскладывают по стерилизованным банкам и закатывают.

Острая закуска. *2,5 кг сладкого перца, 500 г острого перца, 500 мл томатной пасты, 2 ст. ложки хмели-сунели, 100 г чеснока, 1 ст. ложка соли, сушеные травы – по вкусу.*

Пропускают очищенный сладкий и острый перец через мясорубку или измельчают при помощи блендера. Выкладывают в чашу мультиварки и устанавливают режим «Тушение» на 1 ч.

После сигнала об окончании режима добавляют в чашу чеснок, пропущенный через пресс, соль и специи, устанавливают режим «Выпечка» на 20 мин. По окончании работы режима содержимое перекладывают в стерилизованные банки и хранят в прохладном месте.

Свекольная икра. *1,5 кг свеклы, 150 г томатной пасты, 2*

луковицы, 2 ст. ложки 5 %-ного уксуса, соль, сахар, черный молотый перец – по вкусу, растительное масло для жарки.

Свеклу промывают и отваривают на пару или в воде, не очищая. Остужают, снимают кожицу и натирают на мелкой терке. В чаше мультиварки в режиме «Выпечка» пассируют нарезанный мелкими кубиками лук вместе с растительным маслом. Добавляют томатную пасту и готовят в течение 5 мин. Затем кладут в чашу свеклу, вливают уксус, добавляют соль, сахар и молотый перец по вкусу, жарят все вместе в режиме «Выпечка» в течение 10 мин, затем переключают мультиварку в режим «Тушение» на 2 ч и закрывают крышку. Готовую икру перекладывают в банки и закатывают.

Сливовый соус. *1 кг слив, 200 г зелени кинзы и базилика, 100 мл яблочного уксуса, 200 г сахара, 1 стручок острого перца, соль – по вкусу.*

В чашу мультиварки складывают очищенные от косточек сливы и тушат на режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Пюрируют блендером. Добавляют сахар, соль, измельченный острый перец, зелень и уксус. Хорошо перемешивают, пюрируют при помощи блендера и устанавливают режим «Тушение» на 1 ч. Перекладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Солянка с грибами. *1/2 кочана белокочанной капусты, по 500 г моркови и свежих грибов, 300 г репчатого лука, 180 мл растительного масла, 200 г томатного соуса, 1 ст. ложка соли, 2 ст. ложки сахара и 9 %-ного уксуса, 3 стакана воды для варки грибов, 2 лавровых листа.*

Свежие грибы (можно шампиньоны) очищают и нарезают, кладут в чашу мультиварки. Заливают водой и варят 15 мин при 150 °С. Капусту шинкуют, морковку натирают на крупной терке, добавляют соль и сахар. Лук нарезают и жарят на растительном масле, добавляют капусту и грибы и в режиме «Мультиповар» обрабатывают 40 мин при температуре в 130 °С. За 7 мин до готовности добавляют уксус. Готовую солянку раскладывают в заранее стерилизованные банки.

Овощная икра. *500 г кабачков, 220 г помидоров и белокочанной капусты, 160 г моркови и репчатого лука, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 1 ч. ложка соли, 2 ч. ложки сахара.*

Все овощи промывают, у кабачков вырезают сердцевину, нарезают кубиками. Морковь натирают на крупной терке, капусту шинкуют некрупно. Помидоры опускают в кипяток и очищают от кожицы, нарезают кубиками. Все овощи смешивают. На дно

мультиварки вливают растительное масло, высыпают овощи, добавляют соль и сахар. Перемешивают. Тушат овощи в собственном соку, без дополнительного добавления воды. Мультиварку включают на 1,5 ч в режим «Тушение». После приготовления овощи измельчают блендером. Икра готова, теперь ее раскладывают по банкам и закатывают, добавив минимум уксуса.

Домашняя аджика с помидорами и перцем. *2,5 кг помидоров, 6 шт. болгарского перца, 3 перца чили, 0,5 кг очищенных яблок и моркови, 1 ст. ложка соли, 1 стакан сахара, 200 г чеснока.*

Пропустить овощи через мясорубку. Выкладывают в мультиварку, добавив туда сахар и соль. Тушат в течение 1 ч. Чеснок продавливают через пресс и добавляют за 10 мин до окончания. Аджику выкладывают в банки и закатывают крышками. Так как в составе рецепта нет уксуса, следует хранить аджику в холодильнике.

Лечо с кабачками и томатной пастой. *1,5 кг кабачков, 0,5 кг репчатого лука и моркови, 250 г сладкого перца и помидоров, 150 г томатной пасты, 1 головка чеснока, укроп, 2 ст. ложки соли и 100 мл подсолнечного масла.*

Овощи промывают и очищают. Соломкой нарезают лук и морковку, перец, кабачки, помидоры – ломтиками, а чеснок мелко рубят. Включают на 40 мин режим «Варка» и готовят лук, морковь и сладкий перец. Добавляют кабачки, помидоры, томатную пасту и соль после 40 мин варки и тушат все овощи в течение 2 ч. Перед самым отключением добавляют чеснок и укроп. Раскладывают готовое лечо по баночкам и закатывают на зиму.

Чеснок и имбирь, маринованные на зиму. *2 головки молодого чеснока, 2 ст. ложки имбиря маринованного. Для рассола: на 1 стакан воды – 1 ч. ложка соли и 2 ч. ложки сахара, 20 г 9 %-ного уксуса.*

Головки чеснока очищают. Готовят рассол. В мультиварке используют режим «Варка на пару», кипятят рассол и на решетку ставят банки и крышки, выкладывают чеснок. Кипятят около 3 мин. Чеснок охлаждают в холодной воде, вливают в банку рассол, добавляют уксус. Туда же кладут чеснок и имбирь, закрывают крышкой. Хранят заготовку в прохладном месте.

Баклажаны тушеные. *2 кг баклажанов, 200 г помидоров, болгарского перца, репчатого лука, 1/2 стакана растительного масла, 1 головка чеснока, 2 ч. ложки соли и 9 %-ного столового*

уксуса, 1 ч. ложка сахара.

Баклажаны промывают, нарезают на кружки, поливают растительным маслом, кладут в чашу мультиварки и ставят режим «Тушение» на 25 мин. После этого вынимают, снимают кожуру и перекручивают до получения однородной массы. Перец и лук нарезают, смешивают с маслом и жарят в режиме «Выпечка» 7 мин в чаше с маслом из-под баклажанов. Затем добавляют помидоры, протертые на крупной терке, готовят овощи еще 5 мин, кладут мелко нарезанный чеснок, сахар и соль, массу баклажанов и варят еще полчаса. Перед самым выключением добавляют уксус. Все перемешивают и раскладывают по подготовленным банкам.

***Огуречный салат**. 4 кг огурцов, 1 кг моркови, 1 пучок листового сельдерея, 2 головки чеснока, 3 веточки любистока, 3 ст. ложки соли, 1 стакан сахара, 1 стакан 9 %-ного уксуса, 2/3 стакана масла подсолнечного, 1 ст. ложка перца черного молотого.*

Огурцы промывают, отрезают верхушки и шинкуют кружками. Морковь натирают на мелкой терке. Чеснок нарезают произвольно. Зелень шинкуют. Выкладывают овощи в глубокую тару, добавляют все специи, перемешивают и настаивают в течение 5–7 ч (объем должен уменьшиться минимум вдвое). Банки и крышки промывают.

Шумовкой выкладывают огуречный салат по банкам (по плечики) и заливают образовавшимся маринадом. Стерилизуют банки с неплотно закрытыми крышками в мультиварке в режиме «Мультиповар» при 95 °С (литровые банки – 15 мин, пол-литровые банки – 10 мин). По окончании программы плотно закручивают крышки и оставляют остывать вверх дном на полотенце.

***Рецепт кабачковой икры.** 2 кг кабачков, 300 г моркови, 4 головки репчатого лука, 4 дольки чеснока, 4 ст. ложки томатной пасты, по 1 ст. ложке соли и сахарного песка, 1 пучок зелени, 1 ст. ложка 9 %-ного столового уксуса, по 1/2 ч. ложки перца черного молотого и душистого, 3 ст. ложки постного масла.*

Кабачки, морковь, лук репчатый и чеснок очищают и промывают. На мультиварке выбирают режим «Гречка», ставят чашу с растительным маслом, дожидаются сигнала. В постное масло добавляют мелко нарезанный лучок, включают мультиварку на 10 мин, перемешивают, добавляют мелко натертую морковь и вновь ставят на 10 мин (во время обжаривания несколько раз перемешивают заготовку), добавляют в чашу к овощам очищенный и мелко нарезанный кабачок, время

приготовления – еще 10 мин.

Далее выставляют режим «Суп» на 1 ч 15 мин. Через час открывают крышку, перемешивают, кладут оставшиеся мелко нарезанные ингредиенты: соль, сахар, зелень, перец, затем закрывают крышку. Когда сработает сигнал, в икру добавляют уксус и включают режим еще на 30 мин. Икру горячей раскладывают по обработанным паром баночкам, закрывают прокипяченной крышечкой и закатывают. Для того чтобы икра имела однородный цвет и консистенцию, ее перед последним этапом приготовления можно взбить блендером.

Домашняя аджика. *На 1 пол-литровую банку: 3 больших красных перца; 4 средних помидора; 4 крупных зубка чеснока; 2 острых перчика чили; 1 горсть нарезанной петрушки; 1 ст. ложка сахара и 1/2 ст. ложка соли, 5 ст. ложек 10 %-ного уксуса (можно яблочный или виноградный), сок 1 лимона.*

Перец и помидоры моют и очищают, после чего измельчают в мясорубке. Помещают все перекрученные овощи в мультичашу и тушат 2 ч, включив режим «Тушение». Очищают перец и чеснок. Пропускают через мясорубку. За 30 мин до конца процесса выкладывают острую основу, а также соль, петрушку, сахар, лимонный сок и уксус. После сигнала об окончании режима аджика готова и ее можно перекладывать в баночку.

Если хотите сделать свою аджику более жгучей на вкус, измельчают перец чили вместе с семенами. Если аджика получилась жидковатой, ее уваривают до нужной густоты в режиме «Выпечка» или «Варка».

Томатная паста*. Спелые помидоры, соль, специи по вкусу.*

Помидоры пропускают через мясорубку. Протереть полученную массу через сито, чтобы удаляют семечки. Готовую массу переложить в мультиварку, добавляют соль, а также специи по вкусу и устанавливают программу «Тушение» на 2 ч. Во время готовки следует перемешивать томатную пасту, чтобы она была равномерной по цвету. По завершении приготовления готовое горячее блюдо фасуем в стерилизованные банки и закрывают крышкой.

Аджика*. 1 кг сладкого красного перца, 700 г помидоров, 2 красных перца чили, 7 зубчиков чеснока, 1 ст. ложка соли, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки 10 %-ного уксуса.*

Моют все овощи. Удаляют семена у сладкого перца. У помидоров удаляют сердцевину. Пропускают помидоры и перец через мясорубку или измельчают на комбайне. Выкладывают в

чашу помидоры с перцем. Закрывают крышку мультиварки, устанавливают режим «Тушение», выставляют время 2 ч.

После сигнала об окончании программы добавляют пропущенный на мясорубке чеснок и перец чили. Солят, добавляют сахар и 2 ст. ложки уксуса, перемешивают. Далее 30 мин аджика в мультиварке готовится в режиме «Выпечка» до загустения.

Моют и стерилизуют банки и крышки. Разливают в банки аджику и закручивают крышками.

Маринад на зиму. *На 1 литровую банку: 2 ст. ложки с горкой соли, 4 ст. ложки сахара, 1 лавровый лист, 3–5 шт. черного перца горошком, 1–2 шт. душистого перца, 1–2 дольки перца чили, 1/3 ч. ложки лимонной кислоты, часть листа либо корня хрена, 1–2 зубчика чеснока, 1–2 шт. гвоздики, 1–2 листика черной смородины, 1–2 шт. зонтичного укропа.*

Банки и крышки стерилизуют в мультиварке на режиме «Пароварка». Пока банки стерилизуются, подготавливают все необходимые компоненты. Потом на дно каждой банки кладут специи: черный перец, красный, душистый, чеснок, лист лавровый, чили, хрен, лист черной смородины, гвоздику. Плотно кладут огурцы и томаты либо ассорти. Поверх кладут зонтик укропа. В чашу мультиварки вливают 2 л воды (этого достаточно для 4 литровых банок). Закрывают крышку, выставляют режим «Паста», нажимают «Старт».

Вода закипит, и прозвучит сигнал. Тогда режим отключают. Кипятком нужно облить огурцы и томаты. Накрывают крышками и дают постоять 20 мин. Потом слегка остывшую воду из банок выливают в чашу мультиварки, досыпают соль и сахар и снова выставляют режим «Гречка».

Перед тем как вода начнет закипать, в каждую банку добавляют лимонную кислоту (на 1 литровую банку – $^1/_3$ ч. ложки, а на 3-литровую банку – 1 ч. ложка). Вода закипит, и, когда прозвучит сигнал, отключают мультиварку и готовым рассолом поливают огурцы и помидоры. Закатывают стерилизованными крышками.

Аккуратно закрытые банки переворачивают, ставят на полотенце и укутывают. Если в мультиварке нет режима «Паста», маринад готовят на режиме «Суп».

Салат из кабачков*. 1,5 кг кабачков, 250 г моркови, 250 г репчатого лука, 1/2 стакана растительного масла, 1/2 стакана 6 %-ного уксуса, 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложка соли, 1 головка чеснока, молотый острый перец по вкусу.*

Кабачки и морковь натирают на терке для корейских салатов. Добавляют мелко нарезанный лук. Затем выдавливают через пресс или мелко нарезают чеснок. Кладут сахар, соль, уксус и масло. По желанию добавляют острый перец. Перемешивают и оставляют на 2,5–3 ч.

Пока салат настаивается, стерилизуют банки и крышки, используя режим «Варка на пару». Из данного количества продуктов получается 2,4–2,5 л салата. Через 2,5 ч салат уже даст сок и его еще раз перемешивают. Раскладывают салат в банки, накрывают крышками (еще не закручивают).

На дно чаши мультиварки кладут силиконовый коврик или тканевую салфетку, ставят банки с салатом, наливают воды. Стерилизуют, используя программу «Мультиповар» в течение 10 мин, температуру устанавливают, ориентируясь на мощность своей мультиварки (у маломощной модели ставят 110 °С, в моделях с хорошей мощностью достаточно 95 °С). Вынимают банки с салатом, закручивают крышки, переворачивают и ставят остывать.

Солянка с грибами *(микроволновка с режимом «Мультипровар»). 1,5 кг капусты белокочанной, 0,5 кг моркови, 1/3 кг репчатого лука, 450–500 г свежих грибов, 200 мл томатного соуса, 180 мл растительного масла, 1 1/4 ст. ложки соли, 2 1/2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки 9 %-ного уксуса, молотого черного перца – по вкусу, лавровый лист – по вкусу, вода (для варки грибов – 3 мультистакана).*

Очищают, промывают и нарезают грибы. Кладут в чашу мультиварки. Заливают водой и готовят в режиме «Мультиповар», при температуре 150 °С в течение 15 мин. Грибы откидывают на дуршлаг. Бульон можно использовать для приготовления соусов.

Шинкуют капусту. Морковь натирают на крупной терке. Добавляют соль и сахар. Мнут руками. Нарезанный лук жарят на растительном масле до золотистого цвета, в режиме «Жарка», затем добавляют капусту и грибы. Перемешивают и готовят в режиме «Мультиповар» 40 мин, температура 130 °С. Затем добавляют томатный соус и перец. Перемешивают и готовят в режиме «Мультиповар» 30 мин, температура 100 °С.

За 5–7 мин до готовности добавляют уксус и перемешивают. Банки и крышки стерилизуют удобным способом. Готовую солянку выкладывают в стерилизованные банки, закрывают крышками и укутывают в одеяло до полного остывания.

Баклажанная икра. *1 кг баклажанов, 2 луковицы, 1 ст. ложка томатной пасты, подсолнечное масло для жарки, соль и*

молотый перец.

Промывают и очищают баклажаны. Нарезают их мелкими кубиками – так баклажанная икра получается однородной. В большую миску кладут нарезанные баклажаны, пересыпают хорошо солью, оставляют их на 1 ч. Делается это для того, чтобы снять горечь. Потом баклажаны нужно отжать от выделившегося сока. Тем временем очищают лук, промывают и нарезают мелкими кубиками.

В мультиварке нужно выбрать режим «Выпечка». В чашу наливают подсолнечное масло. Затем в мультиварочную чашу всыпают лук и пассеруют его до прозрачного цвета с открытой крышкой. Дальше меняют режим «Выпечка» на «Тушение» и добавляют в чашу отжатые баклажаны.

Под закрытой крышкой 1 кг баклажанов тушат около 40 мин. Готовность определяют по цвету и внешнему виду. В конце приготовления кладут ложку томатной пасты: она придает готовому блюду приятный цвет и вкус. Тушат еще 10 мин. Икру можно хранить в холодильнике в стеклянной банке с закрытой крышкой или выложить в стерилизованные банки и закатать.

Ленивая томатная заготовка. *2,6 кг помидоров, 1 ст. ложка с горкой соли, молотый черный перец – по вкусу.*

Помидоры промывают, удаляют основание плодоножки. Нарезают дольками. Кладут в чашу мультиварки, добавляют соль и перец. Перемешивают. Готовят 25 мин, включив режим «Варка на пару». Пару раз за время приготовления аккуратно перемешивают.

Пока помидоры готовятся, стерилизуют банки и винтовые крышки. Стерилизуют в микроволновке, ставят чистые мокрые банки на 3–5 мин (в зависимости от объема банки) при полной мощности, крышки обдают кипятком. Готовые помидоры вместе с жидкостью сразу кладут в банки и закрывают крышками. Укутывают в одеяло до полного остывания.

Консервированная кабачковая икра. *1 кг кабачков, 2 моркови, 2 головки репчатого лука, чеснок, укроп, петрушка, растительное масло, уксус, соль, сахар.*

Для приготовления икры кабачковой в мультиварке подготавливают все необходимые ингредиенты. Кабачки, морковь и лук очищают. Зелень мелко шинкуют. Вымытые овощи измельчают в комбайне как можно мельче. Откидывают на сито измельченные кабачки, чтобы стек весь сок.

Наливают на дно чаши мультиварки чуть-чуть масла, кладут измельченный лук и морковь. Готовят их в режиме «Жарка

овощей» 5 мин, постоянно помешивая. Немного подсаливают и добавляют кабачки, измельченную зелень и чеснок. Готовят икру в режиме «Тушение» около одного 1 ч. За 15 мин до готовности добавляют сахар и уксус (по 1 ч. ложке).

Пока икра готовится, сверху устанавливают чашу для пароварения и стерилизуют на ней банки. По окончании режима раскладывают икру в подготовленные банки и плотно закрывают.

***Огурцы в томате**. 10 огурцов, 10 помидоров, 4 головки репчатого лука, 1 головка чеснока, 2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка уксусной эссенции, 3 лавровых листа, 10 горошков перца, 2 ч. ложки сахара, соль по вкусу.*

Помидоры промывают, лук очищают, нарезают на дольки, огурцы нарезают крупными кусками. В мультиварку выкладывают лук с помидорами, наливают масло и включают на режим «Выпечка». Готовят при закрытой крышке, периодически открывая и перемешивая до появления томатного сока. Как только сок появится, добавляют нарезанные огурцы.

За 5 мин до окончания приготовления добавляют дольки чеснока, разрезанные пополам, уксус, сахар, соль и перец горошком. Горячую смесь раскладывают по банкам и стерилизуют.

***Заготовка для борща**. 1 головка мелко нарезанного репчатого лука; 150 г моркови, натертой на терке; 500 г свеклы, очищенной и натертой на терке; 1 небольшой сладкий перец, нарезанный кубиками; 150 г помидоров, без кожицы и нарезанных кубиками; 30 мл растительного масла, 50 мл воды, 25 мл 9 %-ного уксуса, 1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка соли.*

Лук и морковь жарят в масле на режиме «Выпечка» 20 мин. Добавляют свеклу, перец, помидоры, воду, уксус, соль и сахар. Перемешивают и готовят в режиме «Тушение» 1–1,5 ч. Кладут в стерилизованные банки, закрывают крышками и хранят в холоде.

***Заготовка для рассольника на зиму.** 2 кг свежих огурцов, 250 г лука, 250 г моркови, 250 мл томатной пасты, 2 ст. ложки соли, 1 стакан перловой крупы, 2 ст. ложки 9 %-ного уксуса.*

Замачивают промытую перловую крупу на ночь в холодной воде. Огурцы натирают на крупной терке и оставляют на 2–3 ч, чтобы пустили сок.

Включают режим «Выпечка» на 20 мин и жарят на растительном масле измельченные лук и морковь. Затем добавляют остальные ингредиенты, кроме уксуса; переключают мультиварку в режим «Тушение» на 1 ч и готовят под крышкой,

пару раз перемешав.

После окончания режима работы вливают в чашу мультиварки уксус, перемешивают и на режиме «Выпечка» или «Варка на пару» доводят заготовку до кипения. Кладут в стерилизованные банки и закатывают.

Лечо классическое на зиму. *На чашу емкостью 5 л: 1 кг болгарского перца, 2,5 кг помидоров (или 2,5 л томатного сока), 2 моркови, 5 зубчиков чеснока, 50 г корня сельдерея, 150 мл растительного масла, 7–10 веточек петрушки и укропа, 50 мл 6 %-ного уксуса, по 1 ст. ложке соли и сахара.*

Используют режимы: «Гречка», «Тушение», «Подогрев», «Варка на пару». Морковь и корень сельдерея натирают на терке. Заливают в чашу мультиварки треть всего объема растительного масла и выкладывают натертые морковь и сельдерей. Готовят в режиме «Тушение» 15 мин. Добавляют прокрученные в мясорубке помидоры или томатный сок, выставляют режим «Гречка» и готовят, помешивая, 30 мин.

Очищают болгарский перец и нарезают полосками шириной 2–3 см. Мелко рубят чеснок и зелень. Добавляют перец, чеснок и зелень в чашу к остальным овощам (только по прошествии 30 мин в режиме «Гречка»). Кладут лавровый лист и выставляют на 20 мин режим «Тушение». Через 20 мин вливают уксус и переключают на режим «Подогрев» на 15 мин, чтобы перец пропитался ароматом овощей и томатным соусом. На этой стадии можно также использовать режим «Варка на пару». Лечо готово. Осталось разложить его по горячим стерилизованным банкам.

Салат из перца и кабачков. *5 шт. болгарского перца, 2 кг кабачков, 4 головки репчатого лука, 300 г томатной пасты, 300 г растительного масла, 1 ст. ложка соли, 200 г сахара, 100 г 9 %-ного уксуса, 100 г воды, 1 пучок любой зелени.*

Используют режим «Тушение» в течение 40 мин и, если есть в данной мультиварке, дополнительно программу «Пар» 10 мин. Стерилизуют крышки и банки в мультиварке при режиме «Пар» 20 мин. Мелко нарезают лук, выкладывают в мультиварку. Сверху выкладывают мелко нарезанные кабачки, на них – нарезанный перец. Перемешивают в отдельной миске томат-пасту, соль, сахар, воду, уксус и масло. Добавляют эту заливку к овощам в мультиварке и посыпают зеленью. Готовят в режиме «Тушение» 40 мин.

Горячий салат перемешивают, раскладывают по стерилизованным банкам и закатывают крышками.

Кабачковая икра. *2 кг кабачков, 4 головки репчатого лука, 300 г моркови, 4 ст. ложки томатной пасты, 2 зубчика чеснока, по 1 ст. ложке соли и сахара, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка 9 %-ного уксуса, 1 пучок зелени, 1/2 ч. ложки молотого черного перца.*

Промывают и очищают кабачки, морковь, лук и чеснок. Выставляют на мультиварке режим «Гречка», ставят чашу с растительным маслом и дожидаются сигнала. Далее добавляют мелко нарезанный лук, включают на 10 мин, перемешивают и добавляют мелко нарезанную морковь. Снова включают на 10 мин, опять перемешивают и добавляют очищенный и нарезанный кабачок и варят еще 10 мин. Далее выставляют режим «Суп» на 1 ч.

Через 40 мин варки добавляют оставшиеся мелко нарезанные ингредиенты и перемешивают. Закрывают крышку. После срабатывания сигнала добавляют в икру уксус и включают режим еще на полчаса. Горячую икру раскладывают по стерилизованным банкам и закатывают.

Грибная икра. *1 большая горсть сушеных грибов (подосиновики, подберезовики, белые), 1 головка репчатого лука, 10 яиц, 1/2 головки чеснока; растительное масло, соль, перец.*

В емкость мультиварки наливают воды до верхней отметки. Засыпают в воду грибы, немного солят. Включают режим «Варка» на 30–40 мин и закрывают крышку. Нарезают лук мелкими кубиками. Измельчают чеснок. Сваренные грибы отбрасывают на дуршлаг. Отваривают яйца. Можно сварить их просто в кастрюле. Но если используют мультиварку, то включают режим «Пароварка» на 10 мин, в форму для пароварки выкладывают яйца и закрывают крышку. Через 10 мин яйца готовы. Наливают в емкость мультиварки немного растительного масла. Включают режим «Жарка» на 20 мин и пережаривают лук 5–7 мин.

Нарезают грибы крупными кусками и добавляют их к луку. Пережаривают все вместе, постоянно помешивая. В конце добавляют чеснок. Яйца аккуратно очищают, чтобы не повредить белок (чтобы они лучше очищались, нужно подержать их в ледяной воде после варки). Нарезают яйца вдоль пополам. Желтки отделяют от белков и кладут их в чашу блендера. Туда же кладут грибы с луком и тщательно измельчают. Снова включают режим «Тушение» на 20 мин. Затем икру кладут по стерилизованным горячим банкам, занимая весь объем, потом закатывают крышками. Хранят в прохладном месте 1,5–2 мес.

Томатно-яблочный кетчуп. *2 кг помидоров, 2 кислых яблока,*

2 луковицы, 3–5 зубчика чеснока, 2 ст. ложки (без верха) соли, 1 стакан сахара, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 1 ч. ложка красного молотого перца, 10 бутонов гвоздики, 1 ч. ложка молотой корицы, 1/2 ч. ложки молотого мускатного ореха, 5–6 ст. ложек 9 %-ного уксуса.

Подготовленные очищенные продукты пропускают через мясорубку или измельчают при помощи блендера. Чеснок выдавливают через пресс. Выкладывают овощи в чашу мультиварки, добавляют соль, сахар, черный и красный перец и гвоздику. Устанавливают режим «Тушение» на 2 ч. Крышку закрывают.

После сигнала об окончании режима переключают в режим «Варка на пару» на 10 мин, кладут в чашу мультиварки уксус, корицу, мускатный орех и тушат при открытой крышке помешивая. Перекладывают в стерилизованные банки или бутылки и закатывают или закрывают винтовыми крышками.

Икра из кабачков. *2 кг кабачков, 300 г моркови, 250 г лука, 4–5 зубчиков чеснока, 4 ст. ложки томатной пасты, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зелени сельдерея, 1 ст. ложка 9 %-ного уксуса, 1/2 ч. ложки молотого черного перца, 1/2 ч. ложки молотого душистого перца, 3 ст. ложки растительного масла.*

Измельчают овощи любым способом. На режиме «Выпечка» готовят с растительным маслом лук и морковь в течение 15–20 мин. Добавляют нарезанные кабачки и обжаривают еще 10 мин помешивая. Переключают мультиварку на режим «Тушение» на 1,5 ч и тушат под крышкой.

Через час после начала работы режима добавляют в чашу томатную пасту, соль, сахар, перец, измельченную зелень и чеснок, перемешивают и снова закрывают крышку. Готовую икру пюрируют при помощи блендера, вливают уксус и доводят до кипения на режиме «Выпечка» или «Варка на пару». Кладут по стерилизованным банкам и закатывают.

Острая закуска. *2,5 кг сладкого перца, 500 г острого перца, 500 мл томатной пасты, 2 ст. ложки хмели-сунели, 100 г чеснока, 1 ст. ложка соли, пряные травы – по вкусу.*

Пропускают очищенный сладкий и острый перец через мясорубку или измельчают при помощи блендера. Выкладывают в чашу мультиварки и устанавливают режим «Тушение» на 1 ч.

После сигнала об окончании режима добавляют в чашу чеснок, пропущенный через пресс, соль и специи, устанавливают режим «Выпечка» на 20 мин. По окончании работы режима

содержимое перекладывают в стерилизованные банки и хранят в холоде.

Свекольная икра. *1 кг свеклы, 150 г томатной пасты, 2 луковицы, 2 ст. ложки 5 %-ного уксуса, соль, сахар, черный молотый перец – по вкусу, растительное масло – для жарки.*

Свеклу промывают и варят на пару или в воде, не очищая. Остужают, снимают кожуру и натирают на мелкой терке. В чаше мультиварки на режиме «Выпечка» пассеруют нарезанный мелкими кубиками лук вместе с растительным маслом, добавляют томатную пасту и готовят в течение 5 мин.

Затем кладут в чашу свеклу, вливают уксус, добавляют соль, сахар и молотый перец по вкусу, готовят все вместе в режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Потом переключают мультиварку в режим «Тушение» на 2 ч и закрывают крышку. Готовую икру перекладывают в банки и закатывают.

Сливовый соус. *1 кг слив, 200 г зелени кинзы и базилика, 100 мл яблочного уксуса, 200 г сахара, 1 стручок острого перца, соль – по вкусу.*

В чашу мультиварки складывают очищенные от косточек сливы и тушат на режиме «Выпечка» в течение 10 мин. Пюрируют блендером. Добавляют сахар, соль, измельченный острый перец, зелень и уксус. Хорошо перемешивают, пюрируют при помощи блендера и устанавливают режим «Тушение» на 1 ч. Перекладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Фаршированный перец. *9–10 шт. болгарского перца, 0,4–0,5 кг мясного фарша, 1–2 луковицы, 1–2 моркови, 1 мерный мультиварочный стакан риса, 3–4 спелых помидора или 1 ст. ложка томатной пасты, зелень и специи, 2–3 зубчика чеснока, растительное масло, 150 мл сметаны, 1 ст. ложка муки, 1 лавровый лист.*

Очищенные, вымытые и подготовленные овощи жарятся в мультиварке в растительном масле на режиме «Жарка» или «Выпечка» (самые высокотемпературные режимы). Овощи для обжарки выкладывают в прибор постепенно: сначала лук, потом морковь и следом – помидоры; или же можно загрузить все сразу и тушить около 20–25 мин. За это время готовится мясной фарш. В отдельной посуде смешивают фарш с сырым рисом, половиной обжаренных овощей. Фарш солится, перчится и тщательно перемешивается. Оставшаяся овощная обжарка пусть останется в чаше мультиварки; на нее выкладывают фаршированный болгарский перец.

Перец моют, очищают от плодоножек и семян, заполняют мясным фаршем с овощами и вертикально укладывают в чашу мультиварки как можно плотнее. Готовят соус. В воде (необходимый объем воды берется в зависимости от желаемой густоты соуса и объема мультиварки) растворяют сметану, добавляют муку, перец и соль по вкусу. Соус хорошо перемешивается, и им заливают фаршированные перцы. В чашу кладут также 1–2 лавровых листа, крышку закрывают, и мультиварку устанавливают на режим «Выпечка» на 1 ч или же режим «Тушение» на 2 ч.

После звукового сигнала фаршированный перец плотно укладывают в стерилизованные горячие сухие банки, пустоты заполняют фаршем со дна чаши. Затем закатывают металлическими крышками. Остужают, хранят в холодном месте до 1 мес.

Перец, фаршированный рисом и гречкой. *6 шт. болгарского перца, 300 г риса, 6 ст. ложек гречневой крупы, 1 морковка, 1 луковица, 1 ст. ложка с горкой томатной пасты, соль и специи, 3 ст. ложки растительного масла, 1 лавровый лист.*

Для фарширования выбирают крупный, ровный перец одинакового размера. Перец моют, удаляют семена. Гречневая и рисовая крупа отваривается до полуготовности по отдельности, затем крупы солят и смешивают друг с другом. В перец начинку выкладывают на $^2/_3$ высоты, так как в процессе приготовления недоваренная крупа еще увеличится в объеме.

Готовят заправку. Лук и морковь мелко нарезают и слегка жарят в растительном масле на сковороде, а потом посуду накрывают крышкой, и овощи тушат 15–20 мин в режиме «Тушение» на медленном огне до размягчения и легкой румяности. Если морковь суховата, то до тушения в сковороду нужно подлить немного воды. Затем к тушеным овощам добавляются: разведенная в 1 стакане воды томатная паста, перец, соль, а также зелень и лавровый лист. Перемешав, выставляют время режима «Тушение» еще 15 мин.

Готовую заправку добавляют к крупам, солят, перчат, перемешивают в отдельной посуде. Полученной массой заполняют перец, часть массы выкладывают вниз чаши мультиварки. Фаршированный перец помещают поверх фарша в чашу вверх начинкой и заливают на $^2/_3$ высоты чаши водой. Мультиварка снова выставляется на 30 мин на режим «Тушение», чтобы все ингредиенты смогли пропитаться ароматами. Затем горячий перец выкладывают в стерилизованные банки, заполняют пустоты фаршем из чаши. После этого закатывают

стерилизованными крышками, остужают, хранят в прохладном месте до 3 мес.

Кабачки, фаршированные рисом и овощами. *2 кабачка, 1 морковь, 1 небольшая головка репчатого лука, 1 ч. ложка пасты томатной, 2–3 ст. ложки риса, соль, перец.*

Кабачки нарезают вдоль кружками толщиной по 4–5 см. Чайной ложкой из них удаляют серединку, чтобы образовался «бочонок». Репчатый лук режут как можно мельче. Морковь натирают на терке. В мультиварку наливают 1 ст. ложку масла подсолнечного, и в ней в течение 5–10 мин жарят морковь и лук вместе с томатной пастой. Используют режим «Выпечка». Овощи должны зарумяниться и стать золотистыми. После их перекладывают в отдельную миску, куда добавляют сырой рис, пасту томатную и специи по вкусу.

Полученной смесью фаршируют бочоночки из кабачков и перекладывают в мультиварку. На этом этапе блюдо солят. Мультиварку включают на режим «Тушение» и выставляют время в 1 ч, чтобы рис дошел до готовности и пропитался ароматом тушеных овощей. Горячие кабачки выкладывают плотно в стерилизованные банки, пустоты заполняют фаршем, закрывают стерилизованными крышками. Остужают. Хранят в холодном месте.

Фаршированные овощами кабачки. *1 кг небольших молоденьких кабачков, 2 головки репчатого лука, 1 морковь, 3 ст. ложки растительного масла, 2 ст. ложки пшеничной муки, 1 пучок петрушки или другой зелени, соль. Для соуса нужно взять: 1/2 стакана воды, 1 ч. ложку пшеничной муки, 1 ст. ложку томатной пасты, специи по вкусу.*

Кабачки моют, и если у них грубая кожура, то ее срезают вместе с кончиками. Затем кабачки разрезают вдоль пополам, и из них чайной ложкой выбирается сердцевина. Выбранную мякоть измельчают и пассеруют в масле около 15 мин. Репчатый лук режут мелко. К нему добавляется тертая морковь, растительное масло, и смесь пассеруется дальше до румяности.

Готовят томатный соус. Пшеничную муку разводят в небольшом объеме теплой воды. После к ней добавляют томатную пасту, соль и молотый перец. Соус перемешивают и доводят до кипения, часть соуса перемешивают с овощной массой. Остудив, овощной смесью начиняют кабачки, кладут их в мультиварку вверх начинкой и поливают оставшимся приготовленным томатным соусом. Кабачки выдерживаются 1 ч в режиме «Тушение» при 200 °С. Затем их выкладывают плотно в

стерилизованные банки и закрывают стерилизованными крышками, закатывают. Хранят в холодном месте до 4–5 мес.

***Лечо**. Морковь, лук, растительное масло, кабачки, томатная паста, кинза, 3 %-ный уксус, соотношение продуктов – по вкусу.*

Все овощи тщательно моют, очищают. Измельчают все овощи любым удобным способом. При режиме «Выпечка» жарят на растительном масле морковь и лук в течение 15 мин. Далее добавляют кабачки и жарят, помешивая, 10 мин. После включают мультиварку в режим «Тушение» на 1,5 ч и закрывают крышкой. После часа тушения добавляют соль, сахар, перец, всю предварительно нарезанную зелень, томатную пасту и перемешивают.

Приготовленную икру измельчают в блендере и, добавив уксус, в режиме «Выпечка» доводят до кипения. В предварительно стерилизованные банки с винтовыми крышками кладут готовую икру. Хранят в холодном месте до 5–6 мес.

***Кетчуп с мускатным орехом.** 2 кг спелых помидоров, 2–3 кислых яблока, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки соли, головка чеснока, 1 стакан сахара, по 1 ч. ложке молотого, красного перца и корицы, 10 шт. гвоздики, 6 ст. ложек уксуса, 1 ч. ложка молотого мускатного ореха.*

Все предварительно очищенные продукты измельчают в блендере или пропускают через мясорубку. Давят чеснок. Выкладывают массу в чашу мультиварки, добавляют сахар, гвоздику, черный и красный перец и соль. В режиме «Тушение» готовят 2,5 ч. После сигнала добавляют мускатный орех, корицу, уксус и готовят в режиме «Варка на пару» с открытой крышкой помешивая. Готовый кетчуп выкладывают в стерилизованные банки, закатывают крышкой.

***Икра баклажанная.** 4 баклажана средних размеров, 2 моркови, 3–4 крупных помидора, луковица, 2 болгарских перца, 2 зубчика чеснока.*

С баклажанов удаляют хвостики, нарезают полукольцами. Посыпав солью овощи, оставляют их на 30–40 мин. Помидоры нарезают, удаляя сердцевину, на небольшие кусочки. Очищают морковь и нарезают маленькими полосками. Мелко нарезают болгарский перец и лук. Давят чеснок и засыпают все в мультиварку. Также добавляют еще соли, немного растительного масла. Выбрав режим «Тушение», оставляют баклажаны на 2 ч. После, для того чтобы масса была однородной, можно ее пропустить через сито. Подогревают икру в мультиварке и

закатывают в банки.

***Соус к мясу из слив**. 1 кг спелых слив, 100 мл фруктового уксуса, 200 г сахарного песка, 1 стручок острого перца, 200 г кинзы и базилика, соль.*

Из вымытых слив вынимают косточки. Выкладывают сливы в мультиварку и проваривают 10 мин, пропускают через сито или используют блендер и получают однородное пюре. Далее добавляют сахар, измельченный перец без семечек, уксус, соль, зелень. Снова взбивают в блендере и доводят почти до кипения. Наполняют смесью сухие маленькие баночки. В чашу мультиварки на дно кладут салфетку, наливают воду, накрывают винтовыми крышками и стерилизуют в режиме «Пароварка» 15 мин. Крышки закручивают, переворачивают банки и остужают. Хранят в прохладном месте.

***Болгарское лечо.** По 1,5 кг болгарского перца и помидоров, 1/2 стакана растительного масла, 100 г сахара, 15 г соль, несколько зубчиков чеснока, 1 ч. ложка уксуса, 1 ч. ложка хрена (по желанию).*

Помидоры нарезают, пропускают их через мясорубку. Перец моют, нарезают полосками. Мелко нарезают чеснок. Все аккуратно выкладывают в мультиварку. Далее добавляют соль, уксус, масло, сахар и перемешивают. Устанавливают режим «Тушение» и закрывают крышку на 1 ч. После приготовления лечо готово к консервированию, его выкладывают в стерильные банки с винтовыми крышками, закручивают. Хранят в прохладном месте.

***Икра из кабачков классическая.** 2 кг кабачков, 3 моркови, 2 головки репчатого лука, 4 ст. ложки томатной пасты, небольшая головка чеснока, по 1 ст. ложке соли, сахара, зелени петрушки и сельдерея, 3 ст. ложки растительного масла, 1 ст. ложка уксуса, молотый черный перец.*

Кабачки моют, очищают, натирают на терке. Лук очищают, нарезают. Морковь моют, очищают, натирают на терке. Все овощи смешивают, кладут в чашу мультиварки, поливают растительным маслом, уксусом, солят, перчат, добавляют нарезанную зелень, чеснок, томатную пасту, перемешивают. Ставят режим «Тушение» на 1 ч. Затем перекладывают в банки, предварительно стерилизованные, закрывают крышками.

***Заправка для борща.** 300 г свеклы, 300 г репчатого лука, 300 г сладкого перца, 2 кг помидоров.*

Свеклу тщательно моют, очищают от кожуры. Разрезают на несколько частей и измельчают в блендере, натирают на крупной терке или нарезают ножом. Помидоры моют, также измельчают. Сладкий перец и лук очищают, нарезают мелкими кубиками. По желанию перец нарезают соломкой. В чашу мультиварки выкладывают в один слой измельченную свеклу, лук, перец. Остальную часть занимают помидоры: их кладут в последнюю очередь. Заполняют чашу до последней отметки. Ставят чашу в мультиварку. Включают режим «Варка», время приготовления 30 мин. В это время стерилизуют пол-литровые банки и крышки.

После сигнала мультиварки открывают крышку и наполняют готовой заправкой банки. Можно включить на 10 мин режим «Варки», чтобы заправка продолжала кипеть. Затем поочередно наполняют подготовленные банки и закатывают их стерильными крышками. Когда переложат всю заправку по банкам, нажимают кнопку «Отмена» или «Стоп». Закрученные банки с заправкой переворачивают вверх дном и ждут их остывания. Потом чего ставят заготовки в прохладное место.

Болгарский перец. *1,5 л томатного сока, 1 кг болгарского перца (лучше красного), 2 крупные головки лука (или 200 г), 2 моркови (или 300 г), 3 крупных зубчика чеснока, 1 стручок красного горького перца, 1 пучок укропа, 10 шт. перца горошком, 1 лавровый лист, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, 70 г рафинированного растительного масла; 9 %-ный уксус: на пол-литровую банку лечо – 1 ч. ложка, на литровую – 1 дес. ложка, на двухлитровую – 1 ст. ложка.*

Для приготовления лечо используют готовый томатный сок или делают его самостоятельно: пропускают помидоры через соковыжималку и получают сок с мякотью. Наливают сок в мультиварку, включают режим «Тушение» на 50 мин, доводят сок до кипения и кипятят еще 10 мин. Пока варится сок, готовят овощи для салата: моют, очищают. Морковь готовится дольше других овощей, поэтому сначала натирают ее на крупной терке и выкладывают в томатный сок на 10 мин.

Затем подготавливают перец. Удаляют семена и нарезают перец на длинные полоски. Помещают его в кипящий томатный сок. Туда же кладут нарезанный кольцами лук. Добавляют нарезанные зелень, острый красный перец, перец-горошек, лавровый лист, соль, сахар и растительное масло. Массу выкладывают в чашу мультиварки, выставляют режим «Варка» на 1 ч. Затем кладут в горячие стерилизованные банки, в каждую наливают уксус, закрывают прокипяченными крышками. Остужая, банки ставят крышками вниз, накрывают их тканью на сутки. На

следующий день протирают остывшие банки, убирают их в кладовку до зимы.

Маринованная свекла «Осенняя». *5 кг свеклы, 2 стакана сахара, 1 ст. ложка соли, 300 мл 9 %-ного столового уксуса, гвоздика – по вкусу.*

Свеклу моют тщательно, очищают, нарезают пополам или на четвертинки, кладут в чашу мультиварки, засыпают сахаром. Ставят чашу в мультиварку и выставляют режим «Варка» на 30 мин. Затем сливают свекольный отвар. Готовят банки, стерилизуют их. Свеклу нарезают крупными брусками или кружками, выкладывают плотно в посуду для варки на пару, кладут гвоздику в каждую банку. Выставляют режим «Пароварка» на 25 мин.

Готовят маринад: доводят до кипения смесь из свекольного отвара, уксуса, соли. Затем заливают горячим маринадом свеклу, закрывают крышками на 10 мин, остужают банки в перевернутом виде.

Маринованная свекла «Польская». *2 кг свеклы, 25 г корня хрена, 100 г сахара, 250 мл воды, 20 г лимонной кислоты, соль – по вкусу.*

Вымытую свеклу отваривают в течение 45 мин, охлаждают, очищают и натирают на крупной терке. Хрен очищают и пропускают через мясорубку. В стакане воды разводят лимонную кислоту, добавляют сахар и соль. Заливают этим раствором свеклу и хрен и перемешивают. Готовую массу помещают в чашу мультиварки, ставят режим «Варка» на 20 мин, затем раскладывают по стерилизованным банкам и закатывают.

Маринованная свекла медовая. *Свекла, репчатый лук. Для маринада на 1 л воды: 100 мл яблочного уксуса, 100 г меда, 3 гвоздики, 10 горошин черного перца, 15 г соли.*

Свеклу моют, очищают, разрезают пополам и на тонкие кружки, выкладывают в чащу мультиварки. Готовят маринад: смешивают все компоненты в отдельной посуде и доводят до кипения, варят 3 мин, заливают свеклу. Выставляют режим «Варка» на 30 мин, затем разливают по стерилизованным банкам и закатывают металлическими крышками.

Свекла в фруктовом маринаде. *1,5 кг свеклы, 1 кг слив. Для маринада: 1,2 л яблочного сока, 1 стакан сахара, 1 ст. ложка соли, 5 шт. гвоздики.*

Отваривают свеклу, очищают ее и нарезают толстыми

кружками, делят их на четвертинки. Сливы моют и удаляют косточки. Свеклу и сливу кладут в чашу мультиварки со звездочками гвоздики. Готовят маринад: в отдельную посуду наливают яблочный сок, добавляют в него сахар и соль, доводят до кипения. Кипящий маринад наливают в чашу, ставят режим «Варка» на 20 мин. Затем закатывают металлическими крышками.

Консервированная свекла «душистая». *1 кг свеклы, 150 г лука. Для рассола: 2 ст. ложки соли, 3 лавровых листа, 8 горошин душистого перца, 3 гвоздики, 4 горошины черного перца, 1/2 ч. ложки кориандра.*

Свеклу тщательно моют, затем очищают и нарезают кубиками. Лук нарезают кольцами. Кладут свеклу в чашу мультиварки, перекладывают луком и пряностями и заливают горячим рассолом, приготовленным из 1 л воды и соли. Выставляют режим «Варка» на 30 мин. Затем содержимое чаши раскладывают по стерилизованным банкам, закрывают крышками.

Консервированный борщ. *500 г свеклы, 1 кг капусты, 300 г моркови, 300 г болгарского перца, 300 г лука, 500 мл томатного сока, 1 л воды, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки соли; уксус 9 %-ный – по 2 ст. ложки в каждую банку.*

Очищенный от семян перец нарезают тонкой соломкой, морковь и свеклу натирают на крупной терке. Капусту шинкуют и соединяют с морковью, перцем и свеклой. Выкладывают в чашу и заливают томатным соком. В отдельной емкости соединяют соль, сахар, воду и доводят до кипения. Получившийся рассол вливают к овощам и готовят в режиме «Варка» в течение 30 мин.

Горячий борщ разливают в стерилизованные литровые банки, добавляют в каждую по 2 ст. ложки 9 %-ного уксуса, закатывают, переворачивают вверх дном и закрывают тканью.

Овощное ассорти. *1 кг свеклы, 1 кг моркови, 1 кг помидоров, 1 кг сладкого перца, 1 кг лука, 1 стручок горького перца, 100 г соли, 200 мл растительного масла, черный молотый перец – по вкусу.*

Свеклу и морковь натирают на крупной терке, лук шинкуют. У перца удаляют семена и нарезают его кольцами. Помидоры нарезают кусочками. Жарят слегка все овощи в растительном масле, укладывают в чашу мультиварку, солят, перчат, добавляют горький перец и готовят в режиме «Варка» 25 мин. Горячую массу выкладывают в стерилизованные банки, закатывают, закрывают одеялом.

Свекольное попурри под рассолом. *4 молодые свеклы с ботвой, 3 моркови, 3 луковицы. Для рассола (на 1 л воды): 1 ст. ложка соли, 4 ст. ложки рубленой зелени.*

Свеклу и морковь моют, очищают, нарезают кружочками, ботву мелко нарезают, лук измельчают. В чашу мультиварки кладут слоями свекольную ботву, свеклу и морковь, пересыпая слои луком. Заливают все рассолом, приготовленным из воды, соли и зелени. Оставляют на 3 ч при комнатной температуре. Затем выставляют режим «Томление» на 30 мин. Потом выкладывают всю массу в стерилизованные банки, закрывают металлическими крышками и ставят в холодное место.

Свекла «Бордо». *4 кг свеклы, 1,5 кг помидоров, 500 г сладкого перца, 500 г лука, 200 г натертого чеснока, 200 г сахара, 60 г соли, 500 мл растительного масла, 150 мл 9 %-ного уксуса.*

Опускают в кипящее растительное масло нарезанный полукольцами лук, добавляют помидоры, нарезанные кольцами. Через 3–5 мин кладут болгарский перец, очищенный от семян и нарезанный полукольцами. Доводят до кипения, вливают уксус, перемешивают, добавляют свеклу, натертую на крупной терке, соль, сахар и варят 30–40 мин (в конце кладут чеснок). Затем свеклу кладут в стерилизованные банки и закатывают.

Свекольно-баклажанная икра. *500 г очищенной свеклы, 500 г очищенных баклажанов, 500 г яблок без сердцевины, 1 ст. ложка соли, 3–4 ст. ложка сахара, 3/4 стакана растительного масла.*

Натирают вымытую и очищенную свеклу на крупной терке, мелко нарезают яблоки и баклажаны. Складывают все в кастрюлю, добавляют соль, сахар, перемешивают и оставляют на 1 ч. Затем вливают растительное масло и ставят на огонь. Варят 30 мин с момента закипания на маленьком огне под крышкой и 10 мин – без крышки. Горячую икру кладут в банки, закатывают.

Свекольный салат. *4 кг свеклы, 1,5 кг помидоров, 500 г лука, 1 кг болгарского перца, 300 г чеснока, 3 пучка укропа, 3 пучка петрушки, 500 мл растительного масла, 1 ст. ложка соли с верхом, 1 ст. ложка сахара, 200 мл 9 %-ного уксуса.*

Натирают свеклу на крупной терке, все остальные ингредиенты пропускают через мясорубку. Соединяют все вместе, перемешивают и варят на слабом огне 40 мин под крышкой и 20 мин – без крышки. В горячем виде раскладывают по банкам и закатывают.

Свекла с фасолью. *2 кг отварной свеклы, 400 г фасоли, 400 г*

моркови, 400 г лука, 350 г томатной пасты, 300 мл растительного масла, черный перец, соль – по вкусу.

Отварную свеклу и морковь натирают на крупной терке, отваривают фасоль до готовности, лук нарезают кольцами. Морковь и лук жарят в растительном масле, добавляют томатную пасту, перец, соль. Все перемешивают и тушат 40 мин. Горячую свеклу раскладывают по банкам и закатывают.

Свекла под маринадом. *1 кг свеклы. Для маринада: 1/2 стакана растительного масла, 3 ст. ложки сахара, 1 ч. ложка соли, 4–5 ст. ложек 9 %-ного уксуса, 1 ч. ложка черного молотого перца, 2 ч. ложки семян кинзы, 1 большая головка чеснока, 10 ядер грецких орехов, красный молотый перец.*

Чеснок измельчают, грецкие орехи давят ножом и мелко нарезают, кинзу толкут в ступке. Соединяют вместе все ингредиенты, предназначенные для маринада, и хорошо перемешивают. Заливают маринадом очищенную и натертую на терку свеклу, еще раз перемешивают и ставят под гнет на сутки в прохладное место. Затем выкладывают свеклу в чашу мультиварки, выставляют режим «Тушение» на 30 мин. Готовую свеклу раскладывают по банкам, закатывают металлическими крышками.

Консервированная морковь. *На 10 пол-литровых банок: 3,5 кг моркови, 50 г соли, 50 г сахара, 2 л воды, 250 мл 6 %-ного уксуса.*

Готовят морковь: моют, удаляют поврежденные места, очищают и нарезают на кружочки. Бланшируют морковь в подсоленной воде (20 г соли на 1 л воды) в течение 5 мин. Затем заполняют ею банки и заливают горячей заливкой. Готовят заливку: в эмалированной кастрюле растворяют сахар и соль, доводят до кипения, потом добавляют уксус, вновь доводят до кипения и снимают с огня. Заполненные банки стерилизуют 20 мин, затем закатывают.

Морковный маринад. *750 г моркови, 200 г лука, 1–2 ст. ложки томатной пасты, 100 мл растительного масла, 120 мл любого бульона, 1 ч. ложка сахара, 1 дес. ложка 3 %-ного уксуса, 2–3 лавровых листа, черный молотый перец, соль – по вкусу.*

Разогревают растительное масло, добавляют в него нарезанные соломкой овощи, пассеруют 10 мин, затем добавляют томатную пасту и пассеруют еще 10 мин. Далее добавляют бульон, уксус, сахар и тушат до готовности. За 5 мин до конца готовки добавляют лавровый лист и черный молотый перец. Готовый продукт горячим раскладывают в стерилизованные

банки и закатывают.

Морковь с хреном и яблоками. *500 г моркови, 500 г яблок, 500 г хрена, 2 ст. ложки растительного масла, 2 стакана воды, 2 ст. ложки сахара (без верха), 1 ст. ложка соли (с верхом), 1 стакан 9 %-ного уксуса.*

Вымытые и очищенные морковь, яблоки и хрен натирают на крупной терке. Все смешивают, тщательно перемешивают и укладывают в подготовленные банки (продукты рассчитаны на 2 банки емкостью 1 л). Из воды, сахара, соли и уксуса готовят маринад. Заливают его в банки, сверху добавляют по 1 ст. ложке растительного масла. Прикрывают банки крышками и стерилизуют в течение 10 мин. Затем банки закатывают крышками и охлаждают.

Морковь с чесноком. *1 кг моркови, 200 г чеснока, 1 стакан растительного масла. Для рассола: 4 стакана воды, 2 ст. ложки соли.*

Нарезают морковь кубиками, соединяют с мелко нарезанным чесноком, добавляют растительное масло и хорошо перемешивают. Из воды и соли готовят рассол, заливают им морковно-чесночную массу, еще раз перемешивают и раскладывают в стерилизованные небольшие банки. Накрывают банки крышками и стерилизуют 20–25 мин. Закатывают, переворачивают вверх дном, оставляют до полного остывания.

Тушеная морковь со свеклой. *Морковь, свекла, растительное масло, 6 %-ный уксус.*

Нарезают очищенную свеклу и морковь кубиками, соединяют, перемешивают с маслом. Кладут морковь со свеклой в чашу мультиварки, выставляют режим «Томление» на 35–40 мин. Затем горячую массу перекладывают в стерилизованные банки и закручивают винтовыми крышками.

Морковь в томатном соусе. *600 г моркови, 400 г томатного соуса, соль – по вкусу, растительное масло.*

Вымытую и очищенную морковь нарезают соломкой и томят в растительном масле до готовности в режиме «Томление» 30 мин. Затем добавляют томатный соус, перемешивают до получения однородной массы, ставят режим «Варка» на 7 мин. Горячей массой наполняют банки (на 2 см ниже верха горлышка), накрывают крышками и стерилизуют: пол-литровые банки – 35 мин, литровые – 50 мин. Закатывают.

Оранжевый салат. *1 кг моркови, 1 кг помидоров, 100 г чеснока, 1 стакан растительного масла, 1/2 стакана сахара, 1 ст. ложка соли, 1 ст. ложка красного молотого перца, 1 ст. ложка 9 %-ного уксуса.*

Натирают подготовленную морковь на крупной терке и готовят на растительном масле в режиме «Томление» в течение 10 мин. Добавляют очищенные от кожицы и измельченные помидоры, соль, сахар и варят на среднем огне 1,5 ч.

За 10 мин до конца варки добавляют к массе уксус, дают закипеть. Раскладывают готовую приправу в стерилизованные банки, закатывают, укутывают и оставляют до полного остывания.

Икра с морковью. *2 кг моркови, 3 кг помидоров, 1 кг лука, 1 кг свеклы, 3 сладких перца, 1 горький перец, 800 мл растительного масла, 1 стакан сахара, 3 ст. ложки соли, 1 ст. ложка 70 %-ного уксуса.*

Тщательно моют овощи, морковь, свеклу и лук, очищают и пропускают овощи через мясорубку. Добавляют растительное масло, сахар, соль и варят в течение 2 ч после закипания в режиме «Тушение». Перед окончанием варки добавляют уксус. Раскладывают в стерилизованные банки, закатывают, переворачивают банки вверх дном, укутывают и оставляют до полного остывания.

Икра с морковью и луком. *1 кг моркови, 500 г лука; 1 стакан томатной пасты, разведенной водой; 1 л воды, 1 стакан растительного масла, 5 лавровых листьев, чеснок, соль, черный молотый перец – по вкусу.*

Измельчают лук, добавляют растительное масло, томатную пасту, лавровый лист и тушат до мягкости. Отдельно в воде тушат натертую на крупной терке морковь в режиме «Тушение» 20 мин. Соединяют все, перемешивают, добавляют специи и продолжают готовить в режиме «Тушение» еще 30 мин. Готовую икру раскладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Салат из моркови и болгарского перца. *1 кг моркови, 1 кг болгарского перца, 1 кг бурых помидоров, 1 кг лука. Для маринада: 1 стакан воды, 2 стакана растительного масла, 2 стакана фруктового уксуса, 500 г сахара, 1 ст. ложка соли.*

Нарезают овощи кубиками. В кипящий маринад опускают морковь и варят 10 мин в режиме «Тушение», затем добавляют остальные овощи и продолжают готовить в том же режиме еще 30 мин. Затем раскладывают в стерилизованные банки, закатывают и укутывают.

Морковь с фасолью и луком. *1 кг моркови, 2 стакана фасоли, 500 г лука, 1 стакан растительного масла, 1 стакан сахара, 2 ст. ложки соли, 1/2 ч. ложки уксуса 70 %-ного.*

Варят до готовности очищенную морковь и белую фасоль. Нарезают морковь кубиками, лук – полукольцами. Все ингредиенты соединяют вместе, хорошо перемешивают и тушат 1 ч. Затем раскладывают в стерилизованные банки и закатывают.

Консервированный концентрированный суп. *1 кг моркови, 1 кг сладкого перца, 1 кг помидоров, 1 кг лука, 1 кг зелени, 1 кг соли.*

Натирают вымытую морковь на крупной терке, очищенный перец нарезают соломкой, помидоры и лук – кубиками, зелень мелко шинкуют. Все хорошо перемешивают с солью, выкладывают в чашу, заливают водой, готовят при режиме «Варка» 35 мин, затем выкладывают в стерилизованные банки, закручивают стерилизованными крышками. Хранят в холодильнике.

Морковно-облепиховое пюре. *1 кг моркови, 300 мл сока облепихи, 300 г сахара.*

Подготовленную морковь отваривают до готовности и протирают через сито, выкладывают в чашу. Добавляют к морковной массе сок облепихи и сахар, доводят до кипения и кипятят в течение 15 мин. Кипящее пюре разливают в стерилизованные банки и закатывают.

Морковно-яблочное розовое пюре. *1 кг моркови, 1 кг кислых яблок, 200 г сахара.*

Варят очищенную морковь до мягкости в небольшом количестве воды. Протирают через сито. Яблоки очищают от кожуры и семян, нарезают небольшими кусочками и пропускают через мясорубку. Соединяют два ингредиента вместе в чаше мультиварки, добавляют сахар и перемешивают. Выставляют режим «Тушение», доводят массу до кипения, раскладывают в банки и стерилизуют: пол-литровые банки – 12 мин, литровые банки – 20 мин. Затем закатывают.

С помощью любой мультиварки можно сделать и молочные заготовки.

Заключение

Современным хозяйкам, которые хотят кормить свою семью вкусными домашними консервами, непросто сочетать работу, домашние обязанности и столь трудоемкое дело, как заготовки. Любая женщина, которая сталкивалась с «горячей» урожайной порой, заранее с ужасом думает о том, что подходит время готовить запасы на зиму: стерилизовать в баках банки, варить, тушить, жарить, создавая на кухне настоящую парилку, отмывать плиту и кастрюли от приставшего в процессе приготовления продукта. Иначе говоря, «горячая пора» – это не фигуральное выражение, а самая настоящая жизненная правда.

Но сегодня задача существенно облегчается: на помощь тем, кто не может представить свою жизнь без заготовок, пришел технический прогресс, предложив такой многофункциональный прибор, как мультиварка. Благодаря мультиваркам можно законсервировать самые разнообразные продукты и получить домашние заготовки, которые будут отличаться от магазинных отсутствием вредных добавок – бича современного питания.

Мы надеемся, что приведенные нами рецепты консервирования с помощью мультиварок, среди которых есть предназначенные для определенных моделей и подходящие для приборов любой серии, обогатят ваш стол вкусными и здоровыми блюдами домашнего приготовления. Приятного аппетита и будьте здоровы!

notes

Примечания

1

При варке варенья с помощью мультиварки *Panasonic* рекомендовано соблюдать следующие правила: рекомендуется паровой клапан снимать в процессе варки; количество готовящегося варенья должно равняться примерно четверти от общего объема мультиварки; необходимо перемешивать готовящееся варенье.